

## SAGEN SIE MAL . . .

# „Glück und Gesundheit“ als Schulfach einführen

**BZ-FRAGEBOGEN, heute ausgefüllt von Christian Firus (54),  
Autor und Oberarzt für psychosomatische Medizin**

**FREIBURG-RIESELFELD** (cfr). Mehr Dankbarkeit für das, was wir haben und was in unserer Gesellschaft gut funktioniert, würde uns allen gut tun, findet Christian Firus. Der 54-jährige Arzt, Psychotherapeut und Autor stammt aus Weinheim an der Bergstraße und ist Oberarzt für psychosomatische Medizin in der Reha-Klinik Glotterbad. Firus ist verheiratet und hat zwei Kinder, er lebt mit seiner Familie in Rieselfeld.

*Sie halten Vorträge zur Verabredung mit dem Glück – haben Sie es gefunden?*  
Ich gebe zu, es ist ein etwas plakativer Titel. Im Kern geht es darum herauszufinden, wie jeder seinen eigenen Beitrag dazu leisten kann, trotz Einschränkungen glücklich und zufrieden zu werden.

*Und wie funktioniert das?*  
Es gibt zwei zentrale Punkte: Zum einen sollten wir uns um gute Beziehungen kümmern, das ist sehr wesentlich. Zum anderen sollten wir darüber hinaus schauen, wo wir im eigenen Handeln Sinn und Bedeutung erleben und uns damit beschäftigen.

*Was wollten Sie als Kind werden?*  
Müllmann. Als Jugendlicher Pfarrer.

*Ihr Lieblingsplatz in Freiburg?*  
Das Naturschutzgebiet beim Mundenhof und meine Terrasse.

*Ihr Lieblingslokal in Freiburg?*  
Ich habe keinen Favoriten, sondern liebe die Abwechslung.

*Ihr Lieblingsfach in der Schule?*  
Sport.

*Worüber können Sie herzhaft lachen?*  
Über gute Witze.

*Was machen Sie gerne in Ihrer Freizeit?*  
Lesen, joggen, kochen, (Chor-)Singen.

*Welches Buch hat Sie in jüngster Zeit am meisten beschäftigt?*  
„Geborgen in der Ewigkeit – Wie Natterfahrungen das Bewusstsein verändern“ von Penny Sartori und Kelly Walsh.

*Wann waren Sie zuletzt in der Kirche?*  
Im Mai bei einem Auftritt mit dem Chor.

*Wovor haben Sie Angst?*  
Davor, dass meine Enkel keine lebenswerte Zukunft mehr vorfinden werden.

*Was mögen Sie an sich selbst?*  
Meine Neugierde und vielfältigen Interessen sowie meinen Humor.

*Was bringt Sie auf die Palme?*  
Eine vereinfachte Sicht auf Probleme und Lösungen.

*Wo machen Sie gerne Urlaub?*  
Am Lago di Mergozzo, auf Langeoog, in den Bergen . . .

*Ihr größter Erfolg?*  
Meine vier Bücher.

*Welche Musik hören Sie gerne?*

Zum Frühstück Barockmusik, sonst verschiedenes. Meine Lieblingsgruppe ist zur Zeit die Folkrockgruppe Ranagri.

*Sie bekommen eine Zeitreise geschenkt – wohin reisen Sie?*

In die 50er Jahre, weil mich die damalige Aufbruchsstimmung, aber auch der Nicht-Umgang mit den Kriegstraumatisierungen interessiert.

*Mit wem würden Sie gern mal einen Tag lang tauschen?*

Mit dem Gesundheitsminister Jens Spahn, um einen Einblick in die Einflussnahme der Lobbyisten zu bekommen. Darüber würde ich dann die Öffentlichkeit informieren.

*Angenommen, Sie gewinnen bei Jauch eine Million. Was machen Sie damit?*

Eine Stiftung gründen, die sich für Bildung, Chancengleichheit und umfassende Gesundheit einsetzt und dabei zum Beispiel auch Studien fördert, und die zudem unabhängig von der Pharmaindustrie und anderen Interessengruppen ist.



**Christian Firus** FOTO: INGO SCHNEIDER

*Bitte vervollständigen Sie: Am Herd gelingt mir am besten . . .*

. . . Gemüsepfanne und Vollkorn-Möhren-Dinkelbrot.

*Wer es in meinem Job zu etwas bringen will, der . . .*

. . . braucht Interesse an Menschen, Empathie und kreative Ideen.

*Als Oberbürgermeister von Freiburg würde ich . . .*

. . . die Kultusministerin dazu drängen, „Glück und Gesundheit“ als Schulfach einzuführen und die Dominanz der kognitiven Fächer gegenüber den sportlichen, musischen und künstlerischen aufzuheben, damit das Gehirn wieder eine Chance auf eine umfassende Entwicklung hat.

**Verabredung mit dem Glück** – so stärken Sie Ihre seelische Widerstandskraft,

Vortrag von Christian Firus im Rahmen der Reihe „Wenn schon alt – dann aber neu: Impulse für die 2. Lebenshälfte“, Donnerstag, 27. Juni, 19 Uhr, Stadtteilzentrum Glashaus, Maria-von-Rudloff-Platz 2, Infos unter [www.leben-stadt-alter.de](http://www.leben-stadt-alter.de).