



Sonntag, 20. März 2016, 5h30: Frühlingsanfang und Internationaler Tag des Glücks

## Vom Frühling und dem Glück, jemanden happy zu machen

**Frühlingsgefühle gibt's wirklich, denn der Frühling macht happy. Und auch im Zusammenhang mit dem auf den Frühlingsanfang fallenden Internationalen Tag des Glücks ist von Happiness die Rede. Zufall oder nicht?**

Im Frühling könnte man vor Freude die ganze Welt umarmen: Die Tage werden länger, die Sonne ist wieder da, und auch die bunten Frühlingsblüher sind nicht zu übersehen. Kein Wunder, verändern auch wir uns. Wir fühlen uns voller Schwung und schmieden neue Pläne. Was ist der Grund? Ganz einfach: Wenn es länger hell ist, fällt mehr Licht in unsere Augen. Dies ist ein Zeichen für die Zirbeldrüse im Gehirn, weniger Melatonin auszuschütten. Je weniger davon in unserem Körper zirkuliert, desto munterer werden wir. Gleichzeitig steigt der Spiegel des stimmungsaufhellenden Hormons Serotonin. Das erklärt unsere Glücksgefühle im Frühling und auch die Tatsache, dass wir uns – euphorisch wie wir jetzt sind – schneller verlieben. „Der Frühling macht einfach happy“, schrieb bei einer Fleurop-Umfrage nach der Lieblings-Jahreszeit eine Teilnehmerin. Nun, wenn man bedenkt, dass am 20. März nicht nur der Frühlingsanfang, sondern gleichzeitig der Internationale Tag des Glücks stattfindet, passt das doch wunderbar!

### **Zeichen gegen menschliche Isolation setzen**

Der Internationale Tag des Glücks soll uns daran erinnern, dass das Streben nach Glück ein fundamentales menschliches Bedürfnis ist. Dazu gehören auch mitmenschliche Beziehungen. Leider sind moderne Gesellschaften aufgebaut, als wäre das Gegenteil der Fall. Wir sind zwar von Menschen umgeben, fühlen uns aber vielfach fast keinem wirklich nah. Die Folgen sind verheerend. Heutzutage verkürzt die soziale Isolation das menschliche Leben fast genauso sehr wie eine ungesunde Lebensweise. Wir könnten das in einem Tag ändern, indem wir unsere Hand ausstrecken. Mit andern Worten: Nützen wir den Internationalen Tag des Glücks, um mit Menschen in Verbindung zu treten. Werden wir aktiv: Persönlich, telefonisch oder auch online. Vergessen wir vor allem nicht, dass auch Blumen glücklich machen, und überlegen wir, ob nicht der eine oder andere Bekannte sich über ein überraschendes, charmantes oder auch aufmunterndes Lebenszeichen in Form eines Frühlingsstrausses freuen würde.

*Mit Frühlingsblühern kann man auch via Fleurop-Partnergeschäfte, [www.fleurop.ch](http://www.fleurop.ch) oder Telefon 0848 888 555 überraschen und glücklich machen. Bestellungen, die am Samstag, 19. März bis 13 Uhr eintreffen, werde in der Schweiz noch gleichentags überbracht.*

((Kasten))

### **„Holi“, ein indisches Frühlingsspektakel**

Wenn man in Indien das zwei- bis zehntägige Holi-Fest feiert, ist der Frühling da. Und weil sich auch Inder über das Ende des Winters freuen, ist Holi ein übermütiges Spektakel: Man reibt sich mit buntem Farbpulver ein, wirft eimerweise bunt gefärbtes Wasser von Balkonen und feiert auch sonst ausgelassen. Zudem verbrennt man in der ersten Nacht des Festivals eine Strohfigur, die so genannte Holika. Sie symbolisiert eine Dämonin, die laut Mythologie mit einem Königskind im Arm ins Feuer sprang, um das Kind zu töten. Aber der indische Gott Vishnu griff ein. Die Flammen

verschonten das Kind, während Holika verbrannte. Noch heute feiert man deshalb den Sieg des Guten über das Böse (oder des Frühlings über den Winter). Es heisst übrigens, dass man zu Holi auch alte Streitigkeiten begraben und sich versöhnen soll. Mittlerweile wird das Farbenfest Holi in unterschiedlichen Ländern der Welt gefeiert, auch in Europa – allerdings eher als partyähnlichen Event.

*Auch Frühlingsblüher sind farbig. Man kann sie via [www.fleurop.ch](http://www.fleurop.ch) oder Telefon 0848 888 555 ordern.*

((Kasten))

### **Dreimal Frühlingsanfang**

Lust, nicht nur einen ersten und zweiten, sondern auch gleich noch einen dritten und vierten Frühlingsanfang zu erleben? Dann haben Sie die Wahl: Denn am 1. März fängt das Frühjahr für die Meteorologen an, am 20. März um 05.30 Uhr für die Astronomen (und den Kalender), und der phänologische Frühling beginnt dann, wenn die Natur bereit dafür ist. Bei uns ist das der Fall, wenn die ersten Schneeglöckchen blühen. Am frühesten ist der Frühling im Südwesten Portugals anzutreffen, während er Finnland erst ca. Ende Mai erreicht. Für die Strecke von rund 3'600 Kilometern benötigt er etwa 90 Tage, was bedeutet, dass er sich mit einer Geschwindigkeit von rund 40 Kilometern pro Tag durch Europa bewegt.

Und noch etwas: Im Kalender steht jetzt als Frühlingsanfang das astronomische Datum vermerkt. Aber früher stand dort immer der 21. März. Dieses Datum hatte man 325 n.Chr. am Konzil von Nizäa festgelegt. Eigentlich ging es damals um die Festlegung des Osterfestes. Doch da dieses immer am ersten Sonntag nach dem ersten Vollmond nach Frühlingsbeginn gefeiert werden sollte, musste man natürlich erst mal letzteren festlegen. Und der 21. März ist der späteste Tag der astronomisch möglichen Daten.

*Frühlingsanfang? Nicht ohne Blumen. Diese kann man via [www.fleurop.ch](http://www.fleurop.ch) oder Telefon 0848 888 555 ordern.*

**Selbstverständlich dürfen Sie unsere Texte und Bilder jederzeit auch ohne Quellenangabe „Fleurop“ verwenden.**

Kontakt:  
Fleurop Interflora (Schweiz)  
Marketing Service  
E-Mail: [marketing@fleurop.ch](mailto:marketing@fleurop.ch)