

## **Medizinischer Nutzen der Freundschaft**

**Korotkin Vadim Andreevich**

*Military academy of Republic of Belarus, Minsk*

**Tutor - Tarashkevich Elena Ivanovna**, *Military academy of Republic of Belarus, Minsk*

Freundschaft verzaubert, sie macht gute Zeiten noch besser und lässt uns die schlechten verbessern. Freundschaft, wie eine Blume, kann leicht verstümmelt und schwer wieder zum Leben erweckt werden.

Freundschaft bedeutet desinteressierte persönliche Beziehungen zwischen Menschen, basierend auf Liebe, Vertrauen, Aufrichtigkeit, gegenseitiger Sympathien, gemeinsamen Interessen und Hobbys. Unerlässliche Zeichen der Freundschaft sind Vertrauen und Geduld. Freundschaft und Brüderlichkeit sind wertvoller als Reichtum. Eine verpflichtende Bedingung für die Existenz freundschaftlicher Beziehungen ist der Mangel an zwischenmenschlicher Konkurrenz unter Freunden, eine relativ gleiche soziale Position.

Cicero war einer der größten Denker des Römischen Reiches, ein begabter Redner, Anwalt, Politiker, Linguist und Schriftsteller. Noch heute erinnert man sich an seine Klarheit des Denkens und Weisheit des Lebens. Der alte Weise verstand den doppelten Vorteil der Freundschaft und schrieb über Freunde: "Freundschaft erhöht das Glück und verringert die Trauer, weil sich die Freude unter Freunden vervielfacht und die Trauer trennt". Auf jeden Fall ist das Leben ohne Freunde hart und traurig. Der berühmte Römer und der weise König hatten Recht: Freunde sind für alle von vitaler Bedeutung und lieben sie durch ihre Teilnahme, ihren Rat, ihre Freundlichkeit und gegenseitige Hilfe. Ein Freund wärmt mit einem Wort und einem Blick auf, die Welt wird erleuchtet, wenn er nahe ist. Trauer wird sich teilen, Freude multipliziert sich.

Wissenschaftler haben gelernt, warum es Obsessionen gibt. Diese Entdeckung ist besonders interessant, um zu verstehen, welche Faktoren im Mittelpunkt stehen, um die kognitiven Fähigkeiten im Alter zu bewahren. Menschen mit unzureichenden sozialen Verbindungen eher an Alzheimer erkranken. Man kann nicht sagen, wenn man eine starke soziale Bindung hat, wird man niemals Alzheimer haben. Aber das Festhalten an einer bestimmten Diät, das Rauchen aufzugeben und starke soziale Bindungen beizubehalten, kann in dieser Angelegenheit wichtig sein.

Denken Sie an Ihre Freunde. Vernachlässigen Sie die nicht, sie sind zu Ihrer Freude und Unterstützung. Denken Sie daran: Zwei sind besser als einer.