

# Viel Glück!

*Alle Menschen wollen glücklich sein.*

PLATON



»Viel Glück!« Bei zahllosen alltäglichen Gelegenheiten sprechen wir diesen Wunsch aus. Wir wünschen »Viel Glück!« für die Führerscheinprüfung, für das Gelingen einer komplizierten Aufgabe, für ein schwieriges Gespräch, bei einer Bewerbung, bei einem Examen ... – eben für alle Gelegenheiten und Situationen, von deren gutem Ausgang es abhängt, ob auch wir selbst uns glücklicher fühlen und unser Leben ein Stück mehr gelingt.

Wir wünschen einander »Viel Glück und viel Segen!« zu Geburtstagen und Jubiläen und meinen damit das Ganze des Lebens. Mit diesem Wunsch sprechen wir an, was jeder Mensch sich für sein Leben und das Leben anderer wünscht: Glücklich zu sein. Können wir etwas dazu tun, damit sich das ersehnte Glück auch einstellt? Dieser Frage möchte ich ein wenig nachgehen. Ich wünsche Dir beim Lesen hilfreiche Entdeckungen und für Dein Leben »Viel Glück«.

# Glück – was ist das?



Seit es Menschen gibt, haben sie danach gefragt, was Glück ausmacht und wie man das Glück findet. Die Frage nach dem Glück stand schon am Anfang der Philosophiegeschichte und sie bewegt die Menschen bis heute oder heute wieder von Neuem.

*Wie würdest Du beschreiben, was für Dich Glück ausmacht? Wie muss das Leben beschaffen sein, damit Du glücklich bist? Nimm Dir einen Augenblick Zeit und skizziere einmal Dein Bild vom Glück.*

*Und dann nimm Dir noch einmal ein paar Minuten Zeit und schreibe alles auf, was Dich früher oder heute glücklich gemacht hat. Wann, wie erlebst Du das Glück – als kleines Kind? Als Jugendliche? In bestimmten Abschnitten Deines Lebens? Und heute?*

Ich hoffe, Du hast in dieser kleinen Übung entdeckt, dass es in Deinem Leben mehr Glück oder je-

denfalls Glücksmomente gibt, als Du vielleicht zunächst meintest.

Vielleicht fiel es Dir aber auch schwer, zu benennen, was Dich glücklich macht. Vielleicht ist Dein Leben »gefühlte« gerade wenig glücklich, sondern eher beschwerlich und belastet. Vielleicht hast Du auch den Eindruck, Du gehörst zu den Menschen, die »eben kein Glück haben«. Gerade dann möchte ich Dich einladen, Dich mit mir auf die Spurensuche nach dem Glück zu machen.

# Fenster zum Glück



Ich möchte dazu zunächst auf ein Märchen zurückgreifen. In der Welt der Märchen spielt häufig Gold eine Rolle und häufig ist ein goldener Gegenstand, nach dem jemand auf die Suche geht, ein Bild für das Glück, für das Kostbare und Wertvolle, das der Mensch im Leben erstrebt. Dieses Glück ist nicht von vornherein gegeben. Man muss sich aufmachen, um es zu suchen und zu erringen.

Im Märchen »Der goldene Vogel« lernt der jüngste Sohn durch den Fuchs, den er freundlich behandelt hat, die Geheimnisse des Menschen kennen. Er findet den goldenen Vogel, das goldene Pferd und die goldene Königstochter. Doch dreimal gerät er in große Bedrängnis, weil er dem Rat des Fuchses nicht folgt, sondern seinem eigenen Empfinden. Er sollte den goldenen Vogel im schäbigen Holzkäfig lassen und nicht in den goldenen Käfig stecken. Er sollte dem goldenen Pferde den alten Sattel auflegen und nicht den goldenen. Und er sollte die Jungfrau

mit sich nehmen, ohne dass sie Abschied von ihren Eltern nimmt. Doch der Königssohn denkt immer, das gehe doch nicht.

Die Weisheit dieses Märchens besteht darin, dass das Gold, das Wertvolle, das, was uns Glück ermöglicht, eben mitten im Gewöhnlichen zu finden ist. Wenn ich alles vergolden möchte, dann folge ich meinen Illusionen. Und ich gerate in Bedrängnis und werde scheitern. Die Weisheit will uns lehren, dass wir mitten im Alltag das Gold, das Glück unseres Lebens suchen sollen und nicht in einer heilen Welt.

Vielen Menschen geht es schlecht, weil das Leben ihre Vorstellungen, die sie sich vom Leben gemacht haben, nicht erfüllt. Sie hängen ihren Wunschvorstellungen und Illusionen nach. Die Kunst des Glücklichseins besteht aber darin, mitten in der Realität meines Lebens das Gold zu suchen, das Wertvolle, das Glänzende, das, was mich glücklich sein lässt. Wie soll das gehen?

*Betrachte Dein Leben, so wie es ist: Deine Arbeit in ihrer Durchschnittlichkeit, mit den täglichen Problemen; Deine Partnerschaft mit ihrem Auf und Ab, mit den Krisen und Konflikten; Deine Wohnsituation mit einer Nachbarschaft, die nicht ideal ist; Deine Familie, die Situation der Kinder, die Beziehung unter Deinen Geschwistern, die Beziehung zu Deinen Eltern. Sicher wirst Du da überall vieles finden, was nicht ideal ist, worunter Du leidest und was dem Glücklich-Sein vermeintlich im Weg steht.*

Das Gold darin zu suchen heißt nun nicht, dass Du alles vergoldest und Dir eine goldene Illusion zu-rechtmachst, um das Schmerzliche der Situation zu überspringen.

Das Gold darin zu suchen heißt vielmehr: Schau Dein Leben an und sage Dir: Ja, es ist nicht alles so gekommen, wie ich mir das gerne vorgestellt oder wie ich es mir erträumt habe. Aber mitten in diesem hölzernen Käfig meines Alltags ist der goldene Vogel verborgen.

Dieser goldene Vogel verleiht meiner Seele Flügel. Ich kann mitten in dieser Enge mir meine eigenen Gedanken machen. Ich kann über das Geheim-

nis des Lebens nachdenken, über die Abgründe der menschlichen Seele. Ich kann mich über diese Alltagswelt hinwegheben, ohne vor ihr zu fliehen. Ich bleibe in dem hölzernen Käfig meines Lebens und habe doch goldene Flügel bekommen.

Und mein goldenes Pferd hat einen alten ledernen Sattel. Meine Vitalität, meine Gesundheit ist ein goldener Schatz, auch wenn das, was meinem Leib aufgesattelt wurde, nicht sehr ansehnlich ist. Aber ich bin dankbar für das goldene Pferd in mir, für meine Kraft und Lebendigkeit, für meine innere Verbundenheit mit der Natur.

Wenn ich meine Kinder anschau, die sich so anders entwickelt haben, so entdecke ich in ihnen doch den goldenen Kern, die Sehnsucht nach dem guten, dem göttlichen Kern in ihnen, der ihnen Glanz verleiht.

So versuche, Dein Leben mit den Augen des goldenen Vogels anzuschauen. Dann wirst Du immer wieder unerwartete Türen zum Glück finden – mitten in allem, was Deinen Alltag ausmacht.