

Jeder Mensch möchte glücklich werden und das Gefühl des Glücks möglichst lange festhalten. Solange wir die Menschheitsgeschichte überblicken, haben Menschen gefragt, was geschehen muss, was sie selber oder was andere tun müssen, damit sie glücklich werden. Dabei weiß jeder, dass es auch Zeiten der Trauer und Zeiten des Misserfolgs gibt, in denen das Gefühl glücklich zu sein, schwindet.

Wir wissen:

Wer nichts zu essen hat, wird erst glücklich, wenn er etwas zu essen bekommt.

Wer einsam ist, wird glücklich, wenn ein anderer Mensch in sein Leben tritt und die Einsamkeit vertreibt.

Wer hilflos ist, wird glücklich, wenn ihm geholfen wird.

Wer etwas nicht versteht, wird glücklich, wenn es ihm erklärt wird.

Wer sich verirrt hat, ist glücklich, wenn er mit Hilfe von anderen oder von alleine den richtigen Weg findet.

Wer sich lange um etwas bemüht hat, ist glücklich, wenn sein Bemühen Erfolg hat.

Das heißt: Arme, kranke, einsame, hilflose Menschen sind bestimmt nicht glücklich.

Dagegen: Glücklich ist (auf Dauer?)

wer eine Freundin, einen Freund findet, wer Kinder bekommt, wer gesund geworden ist, wer eine gut bezahlte Arbeit findet, wer ein Haus baut und damit fertig geworden ist, wer ein neues Auto bekommen hat, wer eine lange gewünschte Reise antreten kann, wem schwere Sorgen genommen werden, wessen Wünsche in Erfüllung gehen.

In der alten Religion Süd- und Ostasiens, im **Buddhismus**, wird den Menschen vermittelt: Alles Unglück, alle Unzufriedenheit kommt aus der Habgier. Wenn du glücklich werden willst, musst du alles Habenwollen, alles Begehren in dir auslöschen. Erst wenn du keine Wünsche mehr hast, wenn du nichts mehr begehrt, wirst du glücklich sein. Es ist ein Weg der totalen Entsagung.

Viele Menschen aber denken: Wenn ich genügend Geld habe und mir alle Wünsche erfüllen kann, dann werde ich glücklich sein. Deshalb jagen sie hinter dem Geld her, werden immer habgieriger und werden dadurch – doch nicht glücklich.

Ein wirkliches Beispiel:

Ein Ehepaar hat sich alles geschaffen, was das Leben schön machen kann: Ihr eigenes Traumhaus mit Grundstück an einem See, ein Motorboot und ein Paddelboot, für jeden ein Auto, eine wunderschöne Einrichtung mit allen technischen Möglichkeiten. Und dabei haben sie noch immer Geld genug, um schöne Reisen zu machen. Doch dann merken sie: Das alles macht uns nicht glücklich. Sie fragen: Was fehlt? Dann fällt ihnen auf: Jahrelang haben wir nur für unsere Anschaffungen und Reisen gearbeitet, haben nur an uns selber gedacht, nie an andere und hatten nicht mal Zeit für eigene Kinder.

Da lernen sie: **Wer nur an sich selber denkt, wird nicht glücklich.**

Junge Leute denken manchmal: Wenn ich endlich tun und lassen kann, was ich will, dann werde ich glücklich sein. Bald aber merken auch sie: Auf diesem Wege werden

wir nicht glücklich. Glück muss etwas anderes sein, als alles Beliebige tun zu können. **„Playboys“ werden nicht glücklich. Auch Alkohol, Drogen machen nicht glücklich**, sie überdecken nur für einen kurzen Moment die Wirklichkeit. Hinterher ist alles viel schlimmer.

Frühere Generationen sagten uns:

Glück hat auf die Dauer nur der Tüchtige

Aber: was ist mit denen, die nicht so tüchtig sein können, was ist mit hilflos Behinderten, mit weniger Begabten, mit Kranken ... Sind sie vom Glück ausgeschlossen?

Halten wir fest:

Der griechische Philosoph Aristoteles schreibt: Zum Glücklichsein gehört, dass wir ausreichenden Anteil an den Gütern dieser Welt haben. Ebenso gehört dazu, dass wir uns selbst verwirklichen und vervollkommen können, unsere Gaben und Fähigkeiten entwickeln, und dass sie gefragt sind.

Für den Philosophen Epikur besteht Glück in der Vermeidung von Furcht, Schmerz und Begierde: Glücklich ist, wer mit Freunden im Garten bei mäßigem Genuss lebt.

Blaise Pascal stellt fest, dass nicht viel nötig ist „zu begreifen, dass es auf Erden kein wahrhaftes und beständiges Glück gibt“.

Wir müssen wissen: Alle Versuche in früheren Jahrhunderten, etwas Sinnvolles über das Glücklichwerden zu schreiben, unterliegen den Bedingungen ihrer Zeit. Die Zeiten aber waren, gemessen an unserer Zeit, unvergleichlich negativ. Die Vorstellung von

einem „glücklichen Leben“ wurde unter fortwährenden individuellen Leiden (Krankheiten, Verlust von geliebten Menschen, Missernten) und schrecklichen Verhältnissen geprägt (Hunger, Kriege, Zerstörung, Unterdrückung der meisten Menschen). Das ganze Leben wurde als Elend erlebt. Woher sollte da Glück kommen, es sei denn momentanes Glück, das im nächsten Moment schon wieder unerreichbar fern war. Beständiges Glück blieb eine Illusion.

Und in unseren viel besseren Zeiten, in Zeiten, in denen es den Menschen (zumindest in den reichen Staaten Europas, Asiens und Amerikas) so gut geht wie niemals zuvor? Gibt es bei uns heute dauerhaftes Glück?

Die Chancen dazu sind heutzutage und hierzulande größer als früher. Aber man muss den **Weg zum Glück** kennen. Doch nur den Weg zu kennen, reicht auch nicht aus. Man muss ihn auch Tag für Tag gehen.

Und welches ist der Weg zum Glück?

Dafür gibt es einen **Grund-Satz:**

Dankbares Leben ist glückliches Leben.

Nur ein **dankbarer Mensch** ist ein dauerhaft glücklicher Mensch. Dankbar sein bedeutet, nicht alles als selbstverständlich hinzunehmen, Dinge wertzuschätzen und sich selbst nicht zu wichtig zu nehmen und damit gleichzeitig unsere Beziehung zu anderen Menschen gesund zu halten.

Undankbare Menschen bleiben unglückliche Menschen. Sie erleben allenfalls kurze glückliche Momente in ihrem Leben.

Dankbarkeit aber kann und muss man lernen und einüben für viele Gründe des Alltags: Eltern, Geschwister, Oma/Opa, Freund/Freundin, Freundlichkeit, Gesundheit, Essen und Trinken, Wohnung/Zimmer, Schmusetier, Bett, Wärme, Computer, Bewahrung im Straßenverkehr und so weiter.

Zur Dankbarkeit gehört ein Gegenüber, dem ich dankbar sein kann. Das sind oft Menschen. Aber es gibt auch Gelegenheiten, in denen kein Mensch als Empfänger meiner Dankbarkeit zur Verfügung steht.

Für Christen ist zuerst Gott der Empfänger für alle Dankbarkeit. Gott verstehen sie als ein Gegenüber, dem sie danken können. Täglich überlegen sie, was gut und schön war, und danken Gott dafür. Dabei reden sie – wie Jesus es getan hat – Gott mit „lieber Vater“ an. Wer auf diese Weise Tag für Tag Gott dankt, kann ihm dann auch danken, wenn und obwohl Trauriges passiert.

Dazu auch ein wirkliches Beispiel:

Ein Mann verlor durch einen Unfall seine geliebte 48-jährige Frau. Da sagte er nicht: „Wie kann Gott das zulassen?“, sondern er sagte: „Danke, lieber Vater, dass Du uns so wunderbare gemeinsame Jahre geschenkt hast“. Später fand er einen Satz aus ganz alten Zeiten: „Wir wollen nicht trauern, dass wir sie verloren haben, sondern dankbar dafür sein, dass wir sie gehabt haben...“

Weil sie gelernt hatten, Gott zu danken, half ihm das Danken über den Verlust hinweg und ließ ihn trotzdem glücklich bleiben.

Glückseligkeit: Ich habe Gott gefunden und weiß, Gott hat mich lieb und begleitet mich, zeigt mir Wege, gibt mir Einsichten. Ich bin Gott dankbar für alles und bin glücklich!

(Text: Uwe Dittmer)

Glück