

# „Ein Hauch, ein Husch“

Wo, bitte, geht's zum Glück? Ist, wer Glück hat, auch glücklich? Betagte Sinnfragen wie diese boomen zurzeit. Die Krise kollektiver Utopien, die Angst vor Globalisierung und Armut gehören zu den Ursachen. Die Suche nach Glück: Ist sie mehr als die Jagd nach einem Phantom?

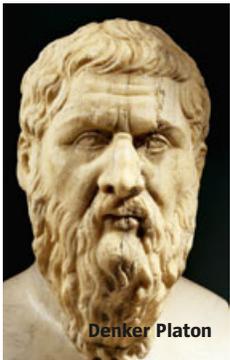
**I**mmer wieder missbraucht und dennoch jungfräulich: das uralte Zauberwort Glück. Es funkelt hart und hübsch wie eine bunte Glaskugel, die das Licht einsammelt. Und es erzählt viele Geschichten. Zum Beispiel diese:

Der Mannheimer Hochschulassistent Richard, 30, will an einem Donnerstagabend – der Tag war schwül, die Woche bisher anstrengend, die Studenten unaufmerksam – endlich nach Hause fahren. In der Tiefgarage unter dem Institutsgebäude gleitet ihm der Autoschlüssel gleich zweimal aus den Händen, er ist genervt und müde, niemand würdigt, so scheint es ihm, seine besondere pädagogische Bemühung, das Informatikseminar so lebendig und verständlich wie nur möglich abzuhalten.

Plötzlich, er will sich gerade hinter das Steuer schieben, jault das Handy. Ein sehr kurzes Gespräch – das Gespräch seines Lebens: „Wir wollten Ihnen nur mitteilen, dass die Professorenstelle, für die Sie sich beworben haben, an Sie vergeben wurde.“ Die trocken schnarrende, bemüht sachlich klingende Stimme einer nicht mehr ganz jungen

Dame der Universitätsverwaltung bringt noch ein knappes „Glückwunsch“ zustande und fragt, ob es irgendwelche organisatorischen Fragen gebe, betreffend etwa den wohl fälligen Umzug von Mannheim nach Greifswald („frische Seeluft“). Es gab erst einmal keine weiteren Fragen.

Richard erzählt mit dem Abstand von ein paar Jahren: „Ich konnte mich nicht bewegen, meine Glieder waren taub, ich stand wie unter Schock, nur ganz allmählich strömte das Blut, das Gefühl in meinen Körper zurück. Ich stand reglos im Neonlicht der muffig riechenden Garage und reiste in Gedanken weit zurück in meine Kindheit. Damals rieten Grundschullehrer meinen Eltern, mich auf die Hauptschule zu schicken. Sonst sei der Junge überfordert.“



Denker Platon

ALFREDO DAGLI ORTI / BPK



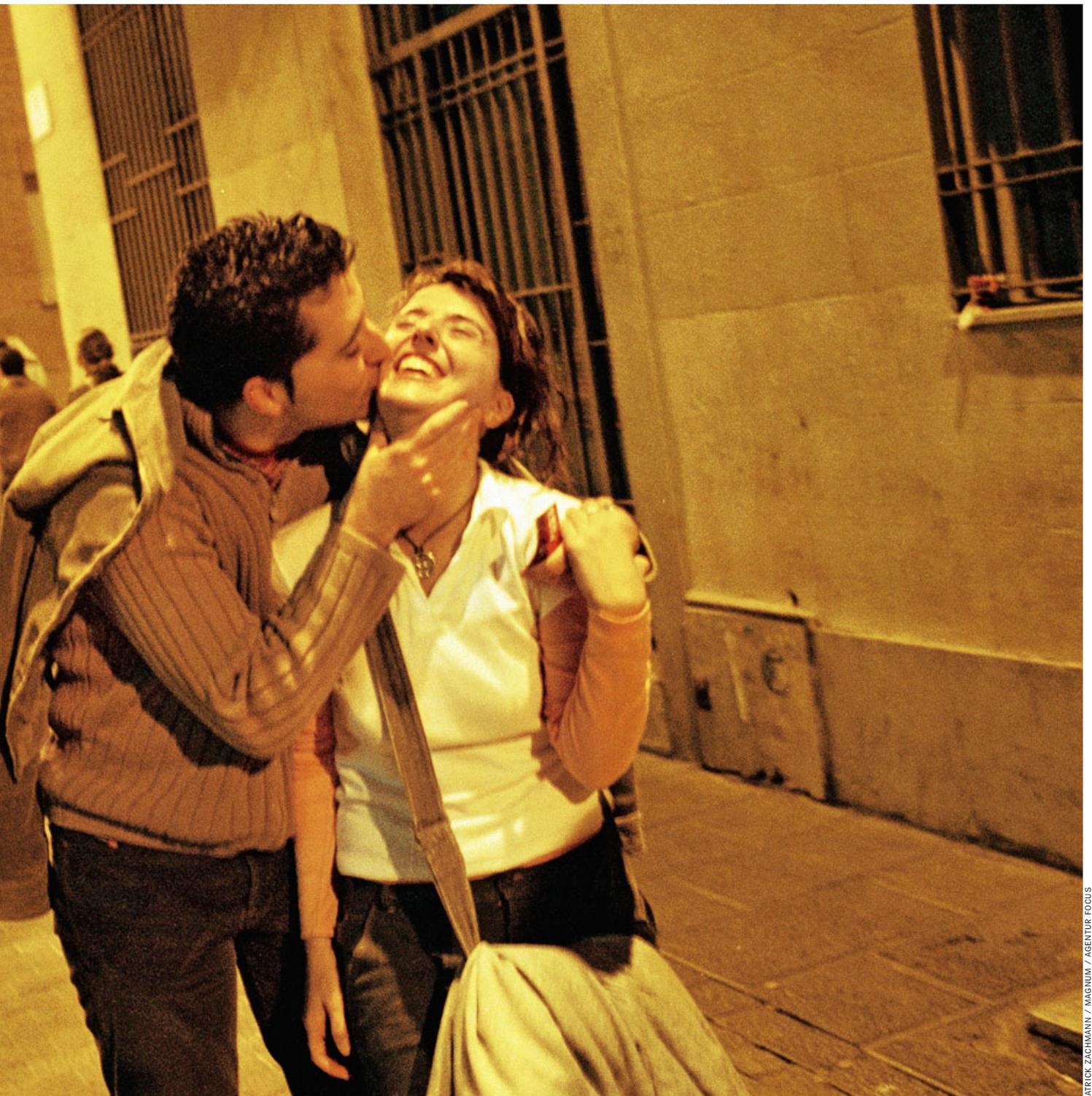
**Glücksmotiv Liebe**  
*Wechselspiel der Gefühle*

Auch wilde Hausaufgaben-Kämpfe mit meinem Vater kamen mir in den Sinn: Einmal rannte er brüllend und rot vor Wut mit dem Lateinbuch hinter mir her, die Nachbarn klopfen erbost gegen die Wand. Später, als ich meine Uni-Karriere begann, coachte er mich fast täglich am Telefon. Aber nach dem Examen liefen meine Bewerbungen mehrmals ins Leere, die Professorenstelle, von der ich träumte, schien mir längst in weite Ferne gerückt.

Doch jetzt, nach dem Anruf, war alles anders, ich erkannte: All das Kämpfen mit

mir selber und gegen andere hatte sich tatsächlich gelohnt. Ein einziger Glückseligkeitsschauer rann mir über den Rücken, alles schien plötzlich zusammenzupassen, wie ein kosmisches Quiz, dessen Regeln man für einen winzigen Moment durchschauen darf. Ich wusste nun: Gerade ich, diese schwierige, störrische Person, hatte alle diese Hindernisse und Mühen überstehen müssen, um dieses Glück, das mir heute widerfahren war, tatsächlich zu verdienen und entsprechend würdigen zu können.“

Für den Informatiker Richard hat sich damals, wie er sagt, sein „Leben entscheidend verändert“. Woraus bestand „dieses Glück“? Gerade nicht aus dem besseren, nun endlich gesicherten Einkommen, was Frau und Kind gewiss beruhigte. Nein, seit damals hat er ein anderes Verhältnis zu sich selbst gewonnen. Ihm habe die „große, unerwartete Anerkennung“ unendlich gut getan, diese triumphale Krönung einer oft frustrierenden Laufbahn der Trippelschritte. Wenn er nur an jene netten Wegbegleiter zurückdenke, die regelmäßig seine Kompe-



PATRICK ZACHMANN / MAGNUM / AGENTUR FOCUS

tenz bezweifelt hatten – und jetzt: Er, ausgerechnet er, war einer der jüngsten Universitätsprofessoren Deutschlands geworden.

In der Tat ist ja der Kampf um Anerkennung, wenn er gelingt, eine der wichtigsten und unerschöpflichsten Quellen des Glücks; zugleich aber auch, wenn er erfolglos gekämpft wird, einer der bösesten Glücksverhinderer. Nicht einmal Geld und Luxus, die landläufig als Glücksfaktoren gefeiert werden, machen einen Menschen glücklich, wenn ihm die Anerkennung fehlt – zumal die Anerkennung dessen, was er zu leisten vermag.

Der Philosoph Georg Wilhelm Friedrich Hegel (1770 bis 1831) hat sich, in einem Gedankenexperiment, als Urszene der Gesellschaft die erste Begegnung zwischen zwei Menschen als „Kampf um Anerkennung“, und zwar „auf Leben und Tod“, ausgemalt. Eine Freiheit, die nicht von anderen Freien anerkannt wird, ist keine: ohne Anerkennung keine Freiheit, kein selbstbewusstes Ich, keine Selbstverwirklichung – kein Glück.

Aber auch Anerkennung allein macht nicht glücklich. Was ist, wenn der Anerkannte mit sich selbst im Streit liegt? Wenn er die, die ihn hochschätzen, selbst nicht schätzt? Wenn er bei allem sozialen Erfolg Angst hat, unter seinen Möglichkeiten zu bleiben oder schon morgen tief zu fallen?

Was ist überhaupt Glück? Es ist die Frage aller Fragen, wenn wir überlegen, was das Leben letztlich gelingen lässt. Sie wurde lange nicht so häufig, so ausdrücklich und so vielstimmig abgehandelt wie in jüngster Zeit, zumal unter den deutschen Bedenkenträgern. Glücklich ist, wer vergisst ... dass er nur ein Deutscher ist. Das ändert sich in jüngster Zeit.

Die Antwort auf die Frage nach dem Glück ist auch deshalb kompliziert, weil sie so einfach zu sein scheint. Jeder glaubt etwa: Geld macht nicht glücklich. Das stimmt. Und stimmt wieder nicht. Geld macht durchaus glücklich. Vor einem Jahr haben zwei angesehene Wirtschaftswissenschaftler von der US-Universität in Pennsylvania, Betsey Stevenson und Justin Wolfers, über einen längeren Zeitraum die Aussagen armer und reicher Menschen verschiedener Länder ausgewertet; sie behaupten, mehr Geld mache selbst den zufriedener, der schon genug davon habe.

Bisher galt das Gegenteil: Wenn erst eine gewisse Schwelle des Wohlstands überschritten sei, so meinte man aufgrund einer Analyse des japanischen Wirtschaftswunders, verfliege jene glücksbringende Wirkung des Geldes, die in ärmeren Nationen eindeutig zu beobachten ist. Die neue Studie aus Pennsylvania besagt nun: Geld ist zwar nicht das ganze Glück, aber es gibt keinen Sättigungspunkt, von dem an finanzieller Zugewinn den Profiteur kaltlässt. Die schrankenlose Gier mancher Top-Manager – hier wird sie als zweckfreier Lustgewinn des Zockers aktenkundig.



**Buddhistische Nachwuchsmönche in Thailand, Ferienfreude: Glücksgefühle zwischen dem**

Im angelsächsischen Raum gehört, anders als hierzulande, das Nachdenken über den Zusammenhang von Geld, Wohlstand und Glück zum Alltagsgeschäft, hängt doch nicht zuletzt von diesem Zusammenhang die Akzeptanz der Marktwirtschaft ab. Der englische Philosoph John Locke hat schon 1689, also 87 Jahre vor der amerikanischen Unabhängigkeitserklärung – sie fixiert das „Streben nach Glück“ als humanes Grundrecht –, konstatiert: „Die höchste Vollkommenheit einer vernunftbegabten Natur besteht in dem unermüdlichen Streben nach wahrem und dauerndem Glück.“

Welches Glücksziel ist denn „wahr“ und „dauernd“? Eine der ältesten Glücksbestimmungen der Geschichte könnte hier weiterhelfen. Sie stammt von dem römischen Dichter und Politiker Seneca (4 vor Christus bis 65 nach Christus), einem stolzen Unglücksraben – jener Kaiser Nero, den er erzogen hatte, zwang ihn später, sich selbst zu töten. „Glückselig“, schreibt Seneca in seiner berühmten Abhandlung „Vom glückseligen Leben“, sei „ein Leben, welches mit seiner Natur in Einklang steht“.

Natur – das ist ein wichtiger Glücksbegriff bis heute. Was aber heißt das genauer: Leben, Natur, Einklang? Große Worte. Sie beginnen diffus zu flimmern, sobald die Wegweisung, die sie beanspruchen, der konkreten Lebenssituation bestimmter Individuen zugeordnet wird.

Beispielsweise dieser Situation: Katharina, 26, eine angehende Speditionskauffrau

aus Hamburg, träumte eben noch von allerlei Fernreisen, zum Beispiel, so sagt sie selbst, „mit Rucksack und Motorrad durch Vietnam“, da stellt sie fest: „Zwei rosa Punkte auf dem Teststreifen.“ Es schießt ihr durch den Kopf: „Schwanger? Ich? Jetzt? Das kann nicht sein! Wir haben doch aufgepasst, ich muss meine Ausbildung fertig machen ... wie sollen wir das finanzieren, was werden meine Eltern sagen ... was wird ER dazu sagen?“

Aber alles rüttelt sich irgendwie zurecht, die erste Aufregung hat sich, an allen Fronten, nach einiger Zeit gelegt. Jetzt heißt es: „Meine Eltern freuen sich, seine Mutter auch.“ Und: „Der Bauch wächst langsam ... die erste Übelkeit ist überstanden, ich fühle mich neuerdings erstaunlich kraftvoll und beschwingt. Es passiert mir häufiger, dass ich von richtigen Glückswellen durchflutet werde. Neulich beim Joggen etwa, als ich im Schrittempo durch den Park lief, vorbei an Ententeichen und den ersten Blumen im Jahr, fühlte ich mich plötzlich so frei und angekommen im Leben. Nichts ergab in diesem Moment so viel Sinn wie das Kind in meinem Bauch. Der Glücksschauer war so stark, dass ich anhalten musste und mir die Tränen kamen.“

Naturlück als Mutterglück. Im Rückblick hat Katharina, wie sie sagt, „erkannt, dass das Glücksempfinden genau dann so deutlich spürbar wird, wenn wir ganz allein mit uns sind und es nicht erwarten“.



JOHN ARNOLD / IFA-BILDETEAM (L.); DEWEY NICKS / TRUNK ARCHIVE (R.)

heiteren Verzicht auf selbstsüchtige Habgier und Freiheit vom Alltagsstress

Allein mit uns? Wie war das noch mit der beglückenden Anerkennung durch andere?

In letzter Zeit machen die klugen Sprücheklopfer und die weisen Lebensratgeber Überstunden, dass es nur so kracht. Die definitorischen Schwierigkeiten beleben das Geschäft. Der Glücksladen brummt. Ihre Ware wird den Glücksbringern der verschiedensten Couleur geradezu aus der Hand gerissen. Mit einer paradoxen Dynamik: Je mehr zu dem Thema publiziert wird, desto dringlicher wird der Wunsch des Publikums, einen Überblick zu gewinnen. Also wird noch mehr aufgelistet, Rat gegeben und Weg gewiesen.

Unter dem Titel „Glücksbringer“ tingelt der Berliner Arzt und Comedy-Star Eckart von Hirschhausen, 41, mit einem heiteren Ratgeber-Potpourri durch die Lande, das etwa auch darlegt, wie viel Glück die Anschaffung eines Hundes (er widerspricht nie) dem Menschen beschermen kann – und die Säle, auch größere, sind voll, seit vier Jahren. Hirschhausen, der auch die Stiftung „Humor hilft heilen“ gegründet hat, landete in diesem Frühjahr mit seiner Späße-Sammlung „Glück kommt selten allein“ einen Buchmarktsieg: seit drei Monaten Platz 1 der SPIEGEL-Bestsellerliste, verkaufte Gesamtauflage bisher: 500 000.

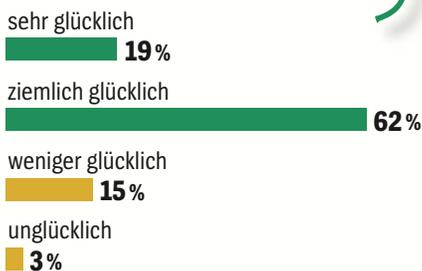
Ein Heidelberger Wirtschaftsgymnasium setzte inzwischen das Fach „Glück“ auf den Stundenplan: Schüler, die zwischen 17 und 19 Jahre alt sind, können es ein ganzes Schuljahr belegen, etwa Übungen im Lo-

ben von Mitschülern und im gemeinsamen Kochen, aber auch in Philosophie. Die Zeitschrift „Psychologie heute“ beklagte die aktuelle „Fülle von seriösen bis seichten Glücksratgebern“. Und warf in das Puddingfass selbst noch eine dicke Portion,

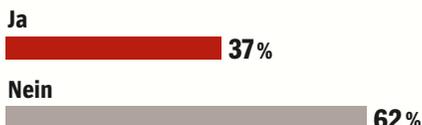
**SPIEGEL-UMFRAGE**  
**Glück**



„Wie schätzen Sie Ihr Leben alles in allem ein? Sind Sie gegenwärtig ...?“



„Hat die gegenwärtige Finanz- und Wirtschaftskrise Ihr persönliches Befinden, Ihr allgemeines Lebensgefühl verändert?“



TNS Forschung; 1000 Befragte im Januar 2009; an 100 fehlende Prozent: „weiß nicht“

das „compact“-Sonderheft „Glücksmomente“. Allein der Internet-Dienst Amazon offeriert über 1500 deutschsprachige Bücher mit dem Lockruf „Glück“ im Titel.

Auch hier ist Masse kein Hinweis auf die Abwesenheit von Klasse: Seit Stefan Kleins Bestseller „Die Glücksformel“ (2002), einer kompetenten und griffig formulierten Bilanz des Wohlbefindens – zentrale These: zu „guten Gefühlen“ verhelfen vor allem Bewegung, Sex, geistige Aufmerksamkeit und sinnvolle Tätigkeiten –, seit diesem auch naturwissenschaftlich fundierten Kompendium, das einem lange vernachlässigten Thema einen überraschenden und verdienten Durchbruch auf dem Buchmarkt verschaffte, scheint der Glücksquell schier unerschöpflich zu sein.

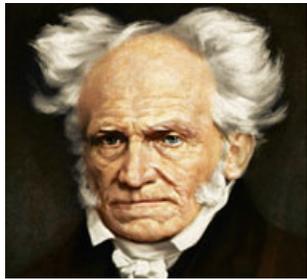
Werner T. Küstenmacher und Lothar J. Seiwert, Anselm Grün, Otfried Höffe, Wolf Schneider, Tal Ben-Shahar, Wilhelm Schmid, Hape Kerkeling – lauter neuere Glücksbuch-Autoren, viele ihrer Titel waren oder sind Bestseller, obwohl ihre Botschaften sehr ähnlich klingen und vor allem auf eines hinauslaufen: Tu was, nimm dich selbst in die Hand, bewege dich, interessiere dich, konzentriere dich, arbeite Listen ab, lerne zu lieben und zu helfen, bleibe bescheiden, entdecke und mäßige dein Ego.

So ungefähr hatte es schon der große Skeptiker Bertrand Russell (1872 bis 1970) formuliert: „Selbstverkapselung“ führe ins Elend (das Kloster hilft also nicht), „wahr-

haftes Interesse an Menschen und Dingen außerhalb unserer selbst“ sei wichtig. Russell: „Der glückliche Mensch lebt sachlich, er hat freie Zuneigungen und umfassende Interessen.“ Diese Interessen müssten allerdings echt sein; wer sie nur „berechnend“ entwickle, weil er glücklich werden wolle und Entsprechendes im Ratgeber gelesen habe, werde nicht glücklich.

Das schrieb er in seinem 1930 veröffentlichten, sehr lebensklugen Buch „Die Eroberung des Glücks“ (The Conquest of Happiness). Der Mensch Russell war ein ewiger Glückssucher, ein gläubiger Ungläubiger zwischen Pazifismus und Pragmatismus, einer, der viel in der Welt herumkam, Universitäten als Professor beglückte und wieder verließ, der den Sozialismus erst bejahete und dann bedenklich fand und der erst in der vierten Ehe richtig glücklich wurde – er schloss sie 1952, im Alter von 80 Jahren.

Rätsel Glück – gerade Menschen, die es gut durchdenken können, stehen sich selbst oft im Weg, wenn es darauf ankäme, das eigene Wissen anzuwenden. Die jüngeren Jahrgänge, von alten Theorien wenig belastet, sind noch die unbeschwertesten Glückssucher und Glückszeugen. Die Münchner Ethnologin Annegret Braun, 46, hat im Rahmen eines Seminars über „Glücksuche und Glückserleben im Alltag“ an der Ludwig-Maximilians-Universität ihre Studenten 713 Interviews führen lassen, um reale Glücksgeschichten zu sammeln. Befragt wurden meist jüngere Leute verschiedener Berufe und Nationalitäten. Hier einige Antworten:



GINETEXT

„Das *Glück* ist nicht mehr als die Abwesenheit der Langeweile.“

ARTHUR SCHOPENHAUER  
PHILOSOPH

- ▶ Die spanische Lehrerin Maya, 32, zeigt sich beglückt, weil ein wildfremder Mann ihr die 800 Euro, die im U-Bahnhof aus ihrer Tasche gerutscht waren, hinterhertrug.
- ▶ Die deutsche Studentin Lisa, 21, schildert als Glückserlebnis, wie sie im Frühjahr von einer Party nach Hause gelaufen ist und plötzlich „die erste laue Nacht des Jahres“ gespürt und bemerkt hat, „wie die Stadt zu leben beginnt“.
- ▶ Die bulgarische Investmentbankerin Eva, 30, ist „sehr glücklich“, weil ihr langjähriger Freund ihr endlich „einen Heiratsantrag gemacht“ hat.
- ▶ Die kroatische Studentin Katharina, 24, hat sich „frei und überglücklich gefühlt“, als ihr Freund ihr zu Neujahr 2007 überraschend „eine Reise nach Split ans Meer“ geschenkt hat; auch wenn sie daran denkt, wie sie „romantisch zu zweit auf das Meer geschaut haben“.
- ▶ Die deutsche Angestellte Sarah, 31, beschreibt als ihr „persönliches Glück“, in

dem ihr „Herz einen Satz gemacht“ habe, die Art, wie ihr Pferd wieherte, wenn sie dem Stall näher kam – „auch wenn ich es zwei oder drei Stunden vorher gesehen hatte“.

- ▶ Die russische Bürofrau Nadja, 27, war „das letzte Mal glücklich, als ich meine superengen Stiefel ausgezogen habe“.
- ▶ Der deutsche Schüler Kevin, 13, wäre glücklich, „wenn ich mit all den anderen Menschen klarkommen würde“ und wenn diese Menschen „mich mögen“ würden.
- ▶ Für den deutschen Schüler Michael, 7, ist Glück, „wenn man keinem Löwen oder Bären begegnet“. Das alte Glück der Jäger und Sammler.
- ▶ Der deutsche Elektroniklehrling Thomas, 19, fühlte sich „richtig glücklich“ an einem Sonntagmorgen in Feldkirchen, bei einem „ganz bestimmten Licht, das nur solche Schatten wirft“, angesichts einer gewissen „Färbung des Laubes“ und eines „Geruchs“, die ihn an etwas „Schönes“ erinnerten, wahrscheinlich „an den Hof meines Großvaters“.
- ▶ Der deutsche Sänger Joachim, 29, meint, Glück habe bei ihm „viel mit Familie zu tun“, mit dem „Gefühl von Vertrautheit und Geborgenheit“. „Euphorische Glücksmomente“ erlebe er, „wenn ich Musik höre“, auch wenn „ich selbst singe“. Musik könne „einfach so gegenwärtig“ sein, dass er denke, allein deswegen habe es sich „schon gelohnt zu leben“. Das gelte für Beethoven, aber auch für Popmusik.
- ▶ Der deutsche Student Thomas, 23, wandelt auf den Spuren altdeutscher Waldmystik, wenn er gesteht: „Glücklich bin ich, wenn ich im Wald arbeite und auf Bäume klettern kann“ – na ja: Thomas studiert Forstwissenschaft.
- ▶ Die deutsche Studentin Andrea, 21, sagt: „Allgemein empfinde ich Glück, wenn ich eine positive Work-Life-Balance habe. Wenn mein Leben stressfrei ist. Ich bin leicht zu beglücken, zum Beispiel als ich gestern einen tollen Haarreif geschenkt bekam und mein Freund mir sagte, ich sähe aus wie eine Prinzessin.“
- ▶ Der französische Informatiker Silvain, 30, nennt spontan als sein letztes Glückserlebnis einen Flug nach Singapur: Er sei plötzlich von Business-Class auf First-Class „upgraded“ worden – „ich fühlte mich dadurch als jemand ganz Besonderes. Das war Luxus pur. Eine Stewardess war alleine für mich zuständig“.





**Glücksvision Paradies,  
glamouröse Geburtstagsparty\***  
*Sittenreiner Urzustand als Utopie*

Was sagen Prominente über ihre Glücksmomente? Das Hamburger Ballettgenie John Neumeier, 67, gesteht: „Tanzende Schüler, das ist Glück.“ Das niederländische Model Sylvie van der Vaart, 31, sagt, sie sei nicht am glücklichsten, wenn ihr Mann, der Fußballstar Rafael van der Vaart, ins Tor treffe, sondern in „dem Moment, wenn ich morgens in das Zimmer meines Sohnes Damian komme und er mich anlächelt“. Der Literaturkritiker Marcel Reich-Ranicki, 88, ist „nicht glücklich“, wie er gesteht, zu schwer laste der Nazi-Mord an seinen Eltern und seinem Bruder auf seinem Leben; aber er sei „zufriedener“, wenn er Mozart höre und Thomas Mann lese.

Glück ist, wenn ... Nach diesem Muster funktionieren die meisten Glücksbefragungen, entsprechend geht die Zahl der Antwortvarianten gegen unendlich. Schon der römische Grammatiker und Agrartheoretiker Marcus Terentius Varro zählte im 1. Jahrhundert vor Christus nicht weniger als 288 Glücksdefinitionen. Die Internet-Suchmaschine Google registriert 25 Millionen Einträge zum Thema Glück, das bleibt auch nach Abzug von „Glück GmbH Gebrauchte Wohnmobile“ gewaltig.

Die Ethnologin Braun meint, ihre Studie habe gezeigt, „dass viele kleine Freuden mehr zu einem glücklichen Leben beitragen als wenige große Glückserlebnisse“. Zu diesen kleinen Freuden gehöre, nach Auskunft mehrerer Interview-Partner, auch das Nachdenken über das Glück. Das Ausnahmeglück, der seelische Jackpot, das riesige Opernglück fiebernder Phantasie? Davon redet kaum einer.

Eine Umfrage, die das Institut TNS Infratest vor gut einem Jahr im Auftrag des SPIEGEL erarbeitet hat, bestätigt diese Bedeutung des eher Unspektakulären: 71 Prozent der über 18-jährigen Deutschen halten „gute Gesundheit“ für die „wichtigste Grundlage“ ihres Lebensglücks. An zweiter Stelle erscheinen „Freunde, auf die man sich verlassen kann“ (38 Prozent); an dritter steht eine gute, sichere Arbeit (37); an vierter eine „erfüllte Liebesbeziehung“ (30); auf dem fünften Rang, mit 16 Prozent Zustimmung, folgt die Glücksquelle „genügend Geld“.

Als „sehr glücklich“ schätzten damals 24 von 100 ihr „gegenwärtiges Leben“ ein, 58 als „ziemlich glücklich“, 14 als „weniger glücklich“, nur 3 nannten sich schlicht „unglücklich“.

Bei der Wiederholung der Umfrage bezeichnen sich 2009 nur noch 19 Prozent



\* Oben: Gemälde „Adam und Eva im Garten Eden“ von Lucas Cranach d. Ä., 1530; unten: Formel-1-Manager Flavio Briatore mit Freundinnen 2007 auf Sardinien.

der Deutschen als „sehr glücklich“; 62 Prozent halten sich für „ziemlich glücklich“, die „weniger“ Glücklichen kommen auf 15, die „Unglücklichen“ wiederum auf 3 Prozent. Auf die Frage, ob die „gegenwärtige Finanz- und Wirtschaftskrise“ ihr persönliches Lebensgefühl verändert habe, antworten 62 Prozent mit Nein; das entspricht der Zahl der „ziemlich“ Glücklichen. 37 Prozent meinen, die Krise habe sehr wohl ihr Befinden verschlechtert.

Trotz dieser Eintrübung des Bildes resultiert aus der Addition der ziemlich und der sehr Glücklichen – 81 Prozent – das überraschende Bild eines im Ganzen recht glücklichen, gelassenen Volkes. Dazu passt, dass die Angst vor der Arbeitslosigkeit aktuell, mit 57 Prozent, immer noch deutlich weniger Deutsche belastet als in den Jahren 2006 (80 Prozent) und 2007 (67), so die Marktforscher der GfK Nürnberg. Das alles ist eine deutliche Korrektur des handelsüblichen Klischees vom germanischen Miesepeter und Dauernörgler.

Sämtliche Glücksvarianten schwirren um ein einziges Zentralgestirn, und das ist der Begriff Glück, besser: der leuchtende Inbegriff Glück, halb Bild, halb Idee. Was ist dieser Inbegriff genau?

Jeder Mensch, der einen Glücksmoment erlebt, schmeckt darin die Aromaspuren des absoluten, des uneingeschränkten, des unfassbar fernen und unsichtbaren Glücks. Eines Phantoms? Einer himmlischen Glückseligkeit, wie sie christliche Denker schon im Mittelalter dachten – als entrückte Betrachtung des Gottes im Jenseits? Und wie sie etwa beim Pfingstfest aufleuchtet, wenn die Menge „außer sich vor Staunen“ gerät und der feurige Geist „über alles Fleisch“ ausgegossen wird, bis jede Zunge „frohlockt“? Wenn solches Außer-sich-Sein nichts als eine Projektion

oder Illusion ist – wie kommt es dann, dass der Mensch die kleinen Happen dieses großen Kuchens so nachweisbar lebensverwandelnd genießen kann, und zwar nicht nur in der religiösen Verzückung?

Sprachkritiker finden den Doppelsinn des Wortes „Glück“ töricht und loben das Englische, das „luck“ (Zufallsglück) und „happiness“ (Glücksgefühl) unterscheidet. Aber „luck“ und „happiness“ gehören zusammen. Glück haben und glücklich sein gehen ineinander über. Gerade auch das anhaltende Glücksgefühl eines gelingenden Lebens ist auf Zufallsglück angewiesen. Viele erleben sogar vereinzelt emotionale Kicks als Geschenke des Zufalls.

Seit dem 12. Jahrhundert irrlircht durch die deutsche Sprache das Wort „Glück“: Erst heißt es „glücke“ oder „gelücke“, aber auch „lucke“ oder „gelucke“. Verwandt wohl mit dem englischen „luck“ und dem deutschen Substantiv „Lücke“, meint es die Art, wie etwas schließt und endet, wie es ausgeht, wie es „gelingt“. Noch im 18. Jahrhundert wird in diesem offenen Sinn von „schlechtem Glück“ gesprochen.

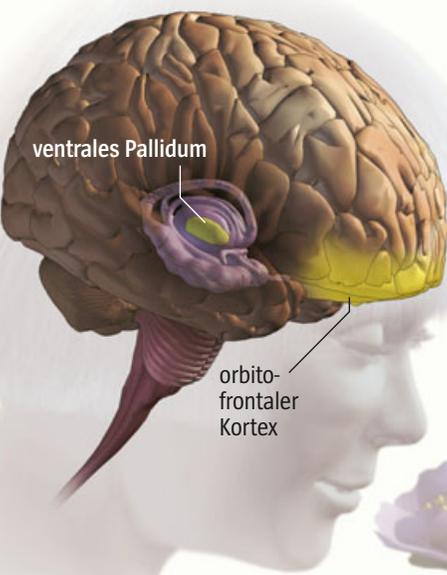
Was wirklich „glückt“, muss aber, so wird es seit etwa 200 Jahren verstanden, nachhaltig gutgehen. In extremen Situationen ist Glück die Befreiung aus der Not, das Ende von Todesdrohung, Gefangenschaft, Demütigung, Einsamkeit und Krieg, auch das glückliche Überstehen einer schlimmen Krankheit. Alles notwendige Glücksbedingungen, doch nicht hinreichend. Auch Menschen, die gesund, wohlhabend und in Frieden leben, können unzufrieden sein.

Selbst dem, der im Wohlstand lebt, verspricht allein schon das magische Wort „Glück“ ein inneres Erfülltsein, das über bloßes Wohllieben hinausgeht. Bei den von der Ethnologin Braun Befragten spielte Konsum, wie sie sagt, „kaum eine Rolle“.

## Das Glück im Kopf

Wo im Gehirn die positiven Gefühle entstehen

Für menschliche Glücksgefühle, egal ob sie beim Musikhören, Lachen oder lustvollen Sex erlebt werden, sorgen die sogenannten körpereigenen Opioide, chemische Botenstoffe, zu denen das bekannte Endorphin gehört. Rezeptoren für Opioide gibt es an zahlreichen Stellen des Zentralnervensystems. Zwei Hirnregionen scheinen jedoch besonders wichtig für das Glücksempfinden: das sogenannte ventrale Pallidum im Zwischenhirn und der orbitofrontale Kortex, ein Teil des Großhirns. Testpersonen zeigten etwa nach der Aufnahme verschiedener Gerüche jeweils verstärkte Hirnaktivitäten im orbitofrontalen Kortex, wo die Duftsignale offenkundig bewertet wurden und so angenehme oder unangenehme Empfindungen hervorriefen.



**Tai-Chi-Übende am Strand:** Schwingende Einheit

Vorsicht, Glück! „Glück und Glas, wie leicht bricht das“, reimt ein alter Spruch. Das Glück ist eine Diva, es lässt sich nicht herbeizwingen. Das Glück muss uns auch einmal überfallen dürfen wie eine Sternschnuppe oder wie das eigenartige Morgenlicht, das den Lehrling Thomas an seinen Großvater erinnert. Menschen, die nicht offen sind für das Unvorhersehbare und ihr Leben strategisch durchkalkulieren, sind schwer zu beglücken. Strategische Glücksrezepte führen schon darum nicht weit. Ihnen fehlt meist auch der paradoxe Rückbezug des Glücksgefühls auf Trauer und Melancholie. Wahres Lebensglück hat den Tod mit im Boot.

Die Kölner Journalistin Clara, 30, berichtet von einer solchen, irritierend paradoxen Erfahrung. Ihr Vater, schwer krebserkrank, lag im Sterben. „Die ganze Familie, meine Mutter, meine drei Geschwister und ich, saß am Krankenhausbett, hielt und streichelte seine Hand. Wir schluchzten und beteten, schreckliche Monate der Trauer und Verzweiflung lagen hinter uns – in ständiger Angst vor diesem Moment des Abschieds für immer. Jede Minute rechneten wir damit, dass sein Blick starr werden und er seinen letzten Atemzug tun würde. Plötzlich der schrille Piepton aus dem Gerät, das den Herzschlag registriert: die Totenglocke der modernen Intensivstation.

Ich ließ die Hand des Vaters nicht los, umfasste mit meiner anderen Hand das Knie meines Bruders und blickte ratlos in die Runde. Das Weinen meiner Mutter war kaum zu ertragen, noch weniger waren es

DER SPIEGEL



FREBEN S. KRISTENSEN / LAIF

von Seele und Körper

die apathischen Blicke der Geschwister. Ich hatte auf einmal Atemnot, rang nach Luft und musste hinaus in den Krankenhausgarten. Die warme Sonne schien mir ins Gesicht. Ich setzte mich auf eine Bank, schloss die Augen, lauschte einer schimpfenden Amsel und sah meinen Vater vor mir. Nicht so bleich und abgemagert, wie er jetzt war, sondern rund und lebensfroh wie früher.

Ich sah ihn den Weihnachtsbaum schmücken, in der einen Hand ein Glas Rotwein, in der anderen eine silbern blitzende Kugel. Im Hintergrund hörte ich Bach-Kantaten. Dann sah ich ihn beim Baden im Baggersee: Er, der große, fast massive Mann, quietschte wie ein Kind, als er den großen Zeh ins kalte Wasser tauchte.

Während ich so in der Sonne saß, allein mit meinen Erinnerungen, durchströmte mich urplötzlich eine Welle stiller Freude und tiefer Dankbarkeit, ein Gefühl, das ich so zum ersten Mal in meinem Leben empfand. Ich fühlte mich irgendwie eins mit der Welt und mir selber und dachte, dies Gefühl sei dem Sinn des Lebens sehr nah.“

Im Grunde lassen sich tiefere Glückserfahrungen nicht nur nicht vom Gedanken an den Tod – und an den Exitus zum Ende des Sonnensystems – abkoppeln, sie werden sogar intensiver, wenn sie den Tod offensiv integrieren, ihn mitschwingen lassen, wie es in der großen Musik der Romantik geschieht. Die deutsche Geschichte hat die Besonderheit, dass der romantische Weltschmerz im 19. Jahrhundert vorweggenommen hat, was im 20. Jahrhundert, durch die Kriege und die ungeheuren Nazi-Ver-

brechen am Menschenrecht auf Glück, zur obligatorischen Grundhaltung jedes sensiblen Zeitgenossen wurde: Trauerarbeit.

Jedes erträgliche Glücksgefühl eines Deutschen wurde so ein Überlebensglück, das die Millionen nicht vergessen konnte, die der glücklich Davongekommene hinter sich gelassen hatte. Schon nach dem Ersten Weltkrieg hat sich das schwierige deutsche Dennoch-Glück umrisshaft abgezeichnet. Philosophisch fand es im Existentialismus als einem tief pessimistischen Lebensgefühl („Sein zum Tode“) seinen Ausdruck. Literarisch etwa in Erich Maria Remarques erschütterndem Bestseller „Im Westen nichts Neues“ (1929).

Es ist das Jahr 1923: Ein Brot kostet in Deutschland 320 Millionen Mark, ein Mittagessen 200 Millionen; Kohlen, Wohnungen, Arbeit – alles Mangelware.

In einem Dorf bei Darmstadt wird, mitten im heißen Juli, einer Mutter nach Wehen, die schon den dritten Tag andauern, ein Junge aus dem Leib geholt, vom Hausarzt, der muss den Kopf in die Zange nehmen und ziehen.

„Meine Mutter“, erinnert sich dieser Junge 71 Jahre später, „hatte große, aber leere Brüste. In der weiteren Verwandtschaft fand sich eine hochschwängere Frau, aus deren flacher Brust sich zwei Milchquellen überreich ergossen. Diesem glücklichen Umstand verdanke ich eine Amme, mit der ich mich bis zu ihrem Tod verbunden fühlte. Ihr Sohn war mein Milchbruder, eine biedermeierliche Institution. Wir saßen nebeneinander auf vielen Schulbänken.“

Der dies schreibt, ist viele Jahre der bedeutendste deutsche Theaterkritiker: Georg Hensel (1923 bis 1996). Seine Lebensbilanz, ein großes „Buch von der Angst vor dem Tod und von der Sehnsucht nach Glück“ (Marcel Reich-Ranicki), trägt den Titel „Glück gehabt“ (1994).

Glück, das heißt hier: Er ist noch einmal davongekommen, mehr oder weniger zufällig. Und er hat, nach all der Not, den Gefahren und Schrecknissen, endlich wieder emotionale Höhepunkte erlebt wie jenes „herausweitende Glücksgefühl“, das ihn einmal durchrauscht, als er an einem Fallschirm hoch über der Bucht von Acapulco schwebt, über diesem „sinnverwirrend blauen Meer“, wo er die „Urlust“ empfindet, „von oben hinunterzuschauen“, von diesem extremen „Fluchtort im Unverbindlichen“. Fluchtort im Unverbindlichen: Das ist fast schon eine Definition des Glücksgefühls, die Flucht darin hat viel mit der deutschen Historie zu tun.

Glück ist nicht nur ein Lebensgefühl aus Daseinsfreude und – gebändigter – Melancholie. Glück ist auch der Gewinn aus einer wachen Haltung, einem Ethos, einer spannungreichen Verbindung von existentieller, sozialer und intellektueller Kompetenz. Damit beschäftigt sich die philosophische Ethik.

Deutsche Ethiker reden lieber von geistigen Haltungsschäden als vom Glücklichen sein. Wahrscheinlich misstrauen sie dem Moment des Unberechenbaren und Plötzlichen darin.

Immanuel Kant (1724 bis 1804) findet den Begriff Glück zu unbestimmt; jenen schwankenden Neigungen der Sinne, die er zu bezeichnen scheint, verpasst Kant, gut preußisch, den herben Begriff der „Pflicht“ als Oberaufseher. Dass der Gute letzten Endes auch glücklich werde, akzeptiert Kant als Postulat der Moral, dessen Einlösung er aber frühestens im (unerkennbaren) Jenseits erwartet.

Der große Hegel zeigt sich über die Niederungen des Glücks so erhaben wie über alle Segnungen des angeblich geistlosen „Unmittelbaren“; er sagt mit stirnrunzelnder Düsternis, die Perioden des Glücks seien bloß „leere Blätter“ der „Weltgeschichte“, nicht relevant auf dem Jahrtausendweg des Bewusstseins zu sich selbst.

Für Marxisten ist Glück von vornherein ein konterrevolutionäres Phantom der Bourgeoisie, hinderlich jenem Mut zur Askese, den man für den Klassenkampf braucht. Die klassenlose Glücksgesellschaft wird von ihnen primär negativ beschrieben, als Abwesenheit von Unterdrückung und Ausbeutung.

Absurderweise wandeln die Revoluzzer dabei auf den Spuren des bürgerlichen Pessimisten Arthur Schopenhauer (1788 bis 1860), der vom Ideal eines „positiven Glücks“ gar nichts hält: „Kommt zu einem schmerzlosen Zustand noch die Abwesenheit der Langeweile; so ist das irdische



ANDREAS SCHAAD / IMAGO

Sopranistin Anna Netrebko bei den Salzburger Festspielen 2005: *Musik verdichtet Leben zu reiner Gegenwart*

Glück im Wesentlichen erreicht: Denn das Übrige ist Chimäre.“ Glück ist Abwesenheit von Unglück. Wie Theodor Fontane sagt: „Grießsuppe, eine Schlafstelle und keine körperlichen Schmerzen“.

Friedrich Nietzsche (1844 bis 1900), der Umwerter aller Werte, nennt das Glück durchaus treffend „einen Hauch, einen Husch, einen Augenblick“. Aber dann polemisiert er: „Der Mensch strebt nicht nach Glück; nur der Engländer tut das.“ Gelobt sei – ausnahmsweise – der Engländer.

Der Psychoanalytiker Sigmund Freud (1856 bis 1939) meint schroff: „Die Absicht, dass der Mensch ‚glücklich‘ sei, ist im Plan der ‚Schöpfung‘ nicht enthalten.“ Wobei Freud die geschlechtliche Liebe zum Urmuster jeglicher Glückspantasia erklärt.

Die große Ausnahme in dieser Denker-galerie des hehren Trübsinns heißt Ludwig Marcuse (1894 bis 1971). Seine „Philosophie des Glücks“ (1949) ist ein Langzeit-Bestseller wie der Duden. Marcuse schreibt: „Fast alles, was im neunzehnten Jahrhundert gegen Hegel rebellierte, ist die Rebellion des atmenden Einzelnen gewesen, der sein ‚Leben‘, seine ‚Existenz‘, sein ‚Heil‘, sein ‚Glück‘ (vier Worte für dasselbe) nicht in Betracht gezogen fand.“

Marcuses eigene Glücksbilanz: „Wenn ich die Erfahrungen meines Lebens summieren darf (das Liebesleben sei nicht er-

wähnt), so würde ich sagen, es sind in das Leben Glückseligkeitsmomente eingesprenkelt.“ Vollständiges Glück setze voraus, dass der Mensch den Sinn seiner Existenz begreife und darin „Geborgenheit“ finde. Das aber sei unmöglich.

Nach 1945 haben deutsche Intellektuelle jahrzehntelang die Sehnsucht des Menschen nach dem „Gold in der Seele“ (Platon über die Idee des Guten) zum biedermeierlichen Heimweh nach dem „Glück im Winkel“ degradiert. Der Philosoph Theodor W. Adorno hielt das „einzelmenschliche Glück jetzt und hier“ für eine „Schein“-Veranstaltung.

Den mentalen Wandel, der dieses Urteilsschema gebrochen hat, macht nichts so deutlich wie die seltsame Rezeption des autobiografischen Buchs „Roman eines Schicksallosen“ von dem ungarischen Autor Imre Kertész. Kertész erzählt darin, aus der Perspektive eines halbwüchsigen Jungen, vom grausamen Treiben in den Konzentrationslagern. Und scheut sich nicht, den unerhörten Satz zu schreiben, sogar „dort, bei den Schornsteinen, gab es in der Pause zwischen den Qualen etwas, das dem Glück ähnlich war“.

Als der 1975 in Ungarn publizierte Roman erstmals auf Deutsch erschien, 1990, war die Resonanz gering. Ein jüdischer KZ-Überlebender, der vom „Glück“ im Konzentrationslager zu schreiben wagte,

stürzte die deutsche Kritik offenbar in tiefe Verlegenheit. Sechs Jahre später, als eine neue Übersetzung desselben Titels herauskam, war das Buch eine Sensation, immerhin noch sechs Jahre vor der Nobelpreisvergabe an diesen Autor.

Die frühere Verlegenheit war fast verfliegen. Der Zeitgeist hat in diesen Jahren entschieden: Wenn schon die Erinnerungen unmittelbar betroffener Holocaust-Opfer das Lebensglück wiederentdecken, dann ist dieses Thema auch bei avancierten deutschen Intellektuellen kein Tabu mehr. Nur so ist das kleine Wunder zu erklären, dass zu den erfolgreichsten deutschen Filmen der vergangenen Jahrzehnte überraschend selbstironische Komödien zählten: Von „Männer“ (1985) über „Der bewegte Mann“ (1994) bis „Keinohrhasen“ (2007).

Ein beliebter Tummelplatz neudeutscher Alltagsbeglückung heißt „Wellness“, jene eigenartige Verbindung diffusen Wohlbefindens mit Naturmedizin und Mystik, die sich oft auf fernöstliche Lebensweisheiten beruft, vor allem auf jene des Buddha. Dieser nordindische Prinz, der 500 Jahre vor Jesus zum asketischen Wanderprediger (mit ähnlicher Botschaft) mutierte, empfiehlt vor allem den heiteren Verzicht auf forciertes Selbstsein und Haben-Wollen.

Die Zen-Variante des Buddhismus, die einige psychisch-körperliche Konzentra-

tions-Praktiken altindischer Yoga-Schulen fortschreibt, fordert „Hingabe an die Wahrheit“: absolute Aufmerksamkeit auf eine Sache. Das japanische Wort „Zen“ heißt „Versenkung“. „Wenn ich sitze, sitze ich“, sagt der Zen-Meister. Der zu temporären Depressionen verurteilte Dynamiker von heute denkt, kaum dass er sitzt, gleich schon ans Aufstehen.

Das Begehren erkennen und die Dinge loslassen, hektische Unruhe durch stille Achtsamkeit ersetzen, Vergänglichkeit beobachten und akzeptieren, mitfühlend und großzügig sein, Hass, Zweifel und Trägheit überwinden – diese und andere Grundmotive buddhistischer Moral, die auch der tibetische Dalai Lama („Regeln des Glücks“) lehrt, kombiniert die westliche Wellness-Ideologie in nicht selten kurioser Weise mit ausgetüftelten Teeritualen, Sondermatratzen, Klang-, Wasser- und Licht-Inszenierungen, mit Entspannungsgymnastik und speziellen Wohn-, Koch- oder Reise- „Alternativen“. Das Ganze ergibt eine creme- und rosafarbene, sanft säuselnde Wellness-Welt, an der nur eines hart ist: der Umsatz. Er beträgt in Deutschland pro Jahr über 70 Milliarden Euro.

Glück wird dabei verstanden als schwingende Einheit von Seele und Körper, emotionalem Wohlsein („well-being“) und organischer Gesundheit („fitness“). Der Begriff „Wellness“ taucht, als „wealnesse“ (gute Gesundheit), bereits in einer englischen Biografie des Jahres 1654 auf und wird in den USA, wegen seines Nutzens für die Präventivmedizin, seit den 1950er Jahren propagiert. Spätestens mit der Wellness-Socke feiert diese Glückslehre ihren finalen Triumph. Es naht der Abstieg in die Ebenen sportiver Normalität.

Das Grimmsche Märchen vom „Hans im Glück“ wirkt wie eine humorvolle Kritik am europäischen Aktionismus: Der gutgläubige Hans verliert nach und nach alles,

was er sich erarbeitet hat, vom Goldklumpen über das Pferd, die Kuh und das Schwein bis hin zur Gans und zum Schleifstein, und doch sagt er am Ende, so „glücklich“ wie er sei „kein Mensch unter der Sonne“. Mit „leichtem Herzen“, „frei von der Last“ hüpfert er heim zur Mutter. Die Lektion des Hans: Das Glück liegt in der Seele – und nicht in einem Klumpen Gold oder einer Gans oder einem Stein.

Zu solch legendärer Genügsamkeit kann die Einsicht beitragen, dass die Lebenszeit dramatisch begrenzt und es im Zweifelsfall angebracht ist, mit dem vorläufig Zugeteilten oder dem bloß Tradierten auch einmal zufrieden zu sein. Damit haben gerade jüngere Menschen Schwierigkeiten. Sie erleben das beglückende Gefühl „So viel Anfang war nie“ (ein Vers des US-Dichters Walt Whitman) und wollen, dass um sie herum möglichst auch alles neu anfängt.

Die Privilegierung der Jugend, mit der die Gesellschaft dieses Anfangsgefühl auch kommerziell nutzt, ist in Wahrheit ein Grund für verbreitetes Unglück. Der Jugendwahn erzeugt das Gefühl, die Lebenszeit als sozusagen letzte Gelegenheit hektisch nutzen zu müssen, denn die Jugend vergeht rasch. Und weil sie so rasch vergeht, haben junge Leute schnell das Gefühl, es gehe vorwiegend bergab. Kulturen, die das Älterwerden höher schätzen, begünstigen ein anderes Zeitgefühl: Älter wird man allmählich, und jeder wird älter, keiner jünger. Solche Kulturen fördern eher die Gelassenheit. Daraus folgt umge-

kehrt: Fanatiker des Neuen, des ewig jugendlichen Aufbruchs, sind Analphabeten des Glücks; und so verwundert es auch nicht, dass ungeduldige Revolutionäre zu den Glücksverächtern zählen.

„Das Gitzern der Tautropfen lädt zum Träumen ein und lässt uns ehrfürchtig über die Natur staunen.“ Dieser Bildtext aus einem Band mit dem Titel „Mein Wellness-

garten“ („Trauminseln, Kuschelplätze, Streichelpflanzen, Naschobst, Wasserspiele, Beauty-Kräuter“) verrät, aus welcher Daseinsecke der Hase hoppelt: aus jener Naturbegeisterung, die in Europa vor etwa 2400 Jahren begann, fassbar in der antiken Verherrlichung arkadischen Hirtenlebens; und die über das mittelalterliche Bild des sittenreinen „Paradiesgärtleins“, über barocke Gartenfeste und Jean-Jacques Rousseaus Pochen auf das egalitäre „Naturrecht“ schließlich die grüne Welle industriekritischer Wald- und Umweltschützer erreichte. Die Wappenfarbe

der Naturapostel ist Grün. Sie halten sich am liebsten im Garten auf. Eine steinalte Glücks-Utopie: Am Eingang zum Garten des griechischen „Lust“-Philosophen Epikur (341 bis 271 vor Christus) sagte eine Inschrift: „Freund, das ist ein guter Ort; hier wird nichts mehr verehrt als das Glück.“ 2000 Jahre später sagt Candide, Voltaires an der besten aller möglichen Welten zweifelnder Held, zu guter Letzt: „Nun aber müssen wir unseren Garten bestellen.“

Bruder Natur – ein wuchtiges Belegstück für diese konkrete Utopie spielt am



„Das *Glück* ist Grießsuppe, eine Schlafstelle und keine körperlichen Schmerzen.“

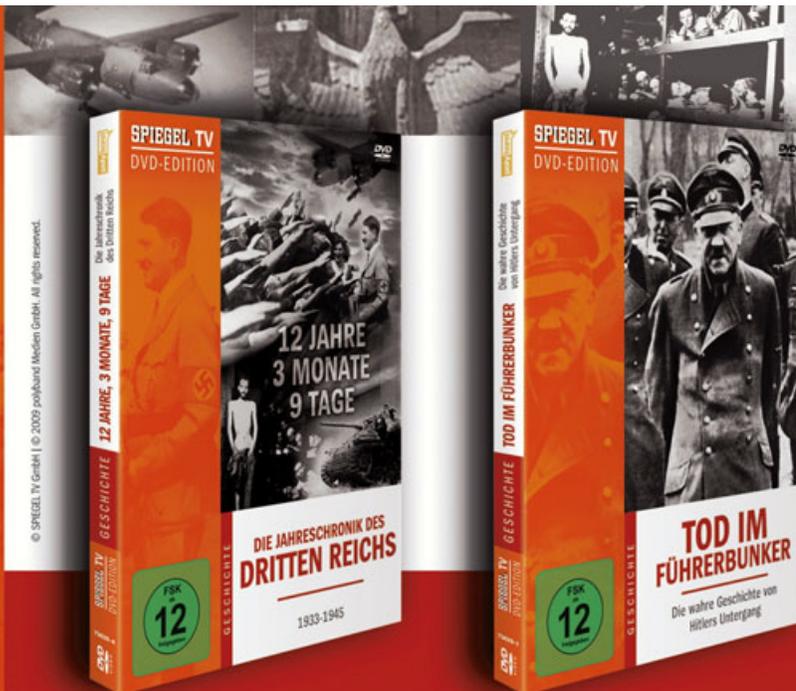
THEODOR FONTANE  
SCHRIFTSTELLER

SPIEGEL TV

DVD-EDITION

BEWEGENDE  
BILDER  
DER ZEIT-  
GESCHICHTE

präsentiert in  
einer einzigartigen  
DVD-Edition



AB JETZT  
AUF DVD  
ERHÄLTlich!

Alle DVDs dieser Edition unter  
[www.polyband.de/spiegelTV](http://www.polyband.de/spiegelTV)

SPIEGEL TV

polyband

Pazifik: Es ist still und kühl an einem März-morgen über der kalifornischen Meeresküste, wenige Minuten nach fünf Uhr. Meer und Himmel fließen noch schwarz ineinander. Kräftig kraulend pflügt die Langstreckenschwimmerin Lynne Cox, 17, eine silbrige Furchenbahn in das Wasser, 200 Meter vom Strand entfernt.

Das Morgentraining der Sportlerin sprengt bald jede Routine: „Das Wasser schien unter Strom zu stehen“, so schreibt sie später in einem autobiografischen Bericht, als wäre es plötzlich einer „geheimnisvollen Energie“ ausgesetzt. Aus Tausenden von glitzernden Sardellen, die sie durchs Wasser schießen sieht, tauchen Schwärme von Ährenfischen, später Thunfische und übermütige Delphine auf, ein einziger herrlicher Tanz der Kreaturen beginnt: im nassen Element, das von Alters her die fließende Feuchte des Lebendigen repräsentiert. Plötzlich stockt ihr der Atem: Ein junger Grauwal, über fünf Meter lang

und einen Meter breit, ein riesiger atmender Schatten, gleitet wenige Meter von ihr entfernt durchs Wasser. Er hat seine Mutter verloren. Erwartet er Hilfe von der Schwimmerin?

Es scheint fast so. Er bleibt hartnäckig in ihrer Nähe, grunzt und piepst, will anscheinend mit ihr spielen, springt hoch über die Wasseroberfläche und taucht elegant wieder hinein, entfernt sich und kehrt zurück und schaut sie immer wieder fragend „mit seinen großen haselnussbraunen Augen“ an. Cox ist so ratlos wie überwältigt. Das mächtige Tier lässt sich sogar von ihr anfassen.

Diese Liebesgeschichte vom Mädchen und dem zutraulichen Meereshai hat ein Happy End: Gegen Mittag erscheint das 13 Meter lange Muttertier, auf dessen fette Milch der große Kleine angewiesen ist, und nimmt den verlorenen Sohn mit auf die Weiterreise in die Arktis.

Zum Abschied umkreist die Mutter, wie zum Dank für die Fürsorge, mit dem jungen Wal an ihrer Seite die Schwimmerin – ohne Cox wäre das Walkind wohl aufs weite Meer hinausgeschwommen, wo seine Mutter es kaum noch gefunden hätte. Cox: „Ich spürte, dass eine Verbindung zwischen uns bestand. Ich war so voller Glück! An diesen Tag werde ich mich erinnern, solange ich lebe.“

Aber Glück geht nicht in Naturerlebnissen auf, so poetisch sie sein mögen. Der Mensch entrinnt selbst am einsamen Meeresstrand nicht der Tatsache, dass er sein Glück auch in der Gesellschaft suchen

muss. Die Gesellschaft verlangt von ihm die Einhaltung bestimmter Normen. Der legendäre zornige junge Mann, der sein Glück außerhalb dieser Normen sucht und die gesellschaftlichen Fesseln sprengt, verkörpert den Einbruch der Natur in die Kultur. Aber auch er wird älter und fügt sich irgendwann.

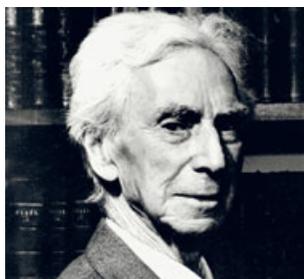
Macht ihn das dann unglücklich? Anders gewendet: Macht Tugend glücklich? Eine uralte Frage, meist wird sie formuliert in der provozierenden Umkehrung: Warum sind Bösewichter so oft vom Glück begünstigt? Wie kommt es, „dass viele zwar ungerecht, aber glücklich“, hingegen viele „Gerechte unglücklich“ sind – so der griechische Philosoph Platon im „Staat“? Aber der Ungerechte kann letztlich nicht wirklich glücklich sein. Als reflexives Vernunftwesen braucht der Mensch das Gefühl der Selbstachtung; ohne Selbstachtung macht das Leben keinen Spaß. Und ein Mensch, der andere ungerecht behandelt, fürchtet ständig, dass ihm irgendwann dasselbe passiert. Schlecht fürs Glück.

Wer auch nur die flüchtigsten Regungen seines Glücklichseins anderen Menschen zeigt, etwa durch strahlendes Lächeln, kann diese leicht mitreißen – dafür sorgen Nerven, die seit 1991 als „Spiegelneuronen“ bekannt sind: nervliche Nachahmer fremder Gefühle, die es dem Menschen etwa auch ermöglichen, sich mit bestimmten Filmszenen emotional zu identifizieren. Auch derartig nachempfundenes Glück macht ein bisschen glücklich.

Die Warenwelt, die den Neuronen des ansteckenden Lächelns in millionenfacher Werbung benutzt, nährt die Illusion, Glück habe auch mit dem Erwerb glitzernder Dinge zu tun. „Schönheit ist Glück – Nivea“, warb unlängst der bekannte Hautcremehersteller. Ganz falsch ist das nicht einmal: Wer übermäßig hässlich ist, kann ebenso wenig glücklich genannt werden wie einer, der einsam, kinderlos oder mittellos ist. So dachte schon der griechische Philosoph Aristoteles (384 bis 322 vor Christus).

Aber „das Glück kommt tatsächlich nur von innen. Es ist keine Ware, die man sich kaufen kann“, formuliert der Asket Mahatma („Große Seele“) Gandhi (1869 bis 1948), der seine indische Heimat gewaltlos in die Unabhängigkeit führte.

Ist konsequente Gewaltlosigkeit ein Rezept gegen den Terrorismus dieser Tage? Das ist eine der großen Fragen unserer Zeit. Von der Antwort hängt es ab, ob vie-



RUE DES ARCHIVES / SÜDDEUTSCHER VERLAG

„Das *Glück* gehört dem Bürger des Alls, der ohne Hemmung das Schauspiel, das es bietet, genießen kann.“

**BERTRAND RUSSELL  
PHILOSOPH**



**Spielende Mädchen im Park:** *Das Glück der freien*

le heute lebende Menschen überhaupt eine Chance zum Glück bekommen.

Wer damit, etwa als Politiker, täglich kämpft, hat eigentlich keine Zeit fürs Glück. Und doch: Das Thema Glück meldet sich auch bei ihm, dem Tatmenschen, aus einer tieferen Schicht des Bewusstseins zurück, spätestens am Abend des geschäftigen Alltags, wenn er innehält und seine Sinne frei werden für den malerischen Sonnenuntergang, den Duft des Lavendels im Garten oder den funkelnden Rotwein im Glas; wenn ihm die Stille der Welt, der unergründliche Blick seines Schweigepartners und das erste Flimmern der Sterne zu einem Gefühl zusammenfließen, das er nicht begreifen kann.

Kein Zweifel: Die Wiederkehr der Frage nach dem Glück hängt auch mit dem Überdross an der täglichen Steigerung von Stress, Flexibilität, Image-Arbeit, Tempo, Marktführerschaft und Effizienz unter dem Druck einer globalisierten Ökonomie zusammen. Diese Steigerung scheint es keinem Berufstätigen mehr zu erlauben, sich irgendwo niederzulassen und beheimatet zu fühlen. Wer sich dagegen einmal grundsätzlich wehrt und, etwa in einer romantischen Abendstimmung, nachhaltig sein Lebensglück überdenkt, der zeigt eigentlich



FLORA HANTLIO / TRUNK ARCHIVE

*Bewegung in schöner Natur*

die typische Reaktion auf die Krise einer Werteordnung, die lange gesichert schien.

Das war so vor 2400 Jahren, als die „Polis“, die stolze Stadtgemeinschaft der alten Griechen, allmählich zerfiel und Philosophen wie Epikur, Zenon von Kiton und Aristoteles nach dem wahren Glück fragten – Letzterer setzte auf die „theoria“, das spielerische Schauen des Ganzen als „glückseliges“ Tun. Das war so in der Krise zu Beginn der römischen Kaiserzeit, als stoische Denker wie Seneca und Epiktet diese Fragen wiederholten. Das war so in der Aufklärung, als der allmähliche Zerfall der feudalen Abhängigkeitsverhältnisse in die Suche nach dem größten Glück der größten Zahl mündete.

Und das ist so im 21. Jahrhundert: Über den besten Weg zum Glück der vielen stritten sich fast das ganze 20. Jahrhundert hindurch zwei Systeme, Kommunismus und Kapitalismus. Das Ziel verlor anscheinend an Interesse, als ein System allein übrig blieb, das mit der Systemfrage auch die Frage nach dem Lebenssinn für erledigt hielt. Die Menschen reagieren auf dieses Vakuum, indem sie erst einmal individuell nach ihrem persönlichen Glück fragen. Sie gehen dabei in sich und vernachlässigen die Gesellschaft oder den Staat – diese

Dynamik treibt auch das vielbesprochene Comeback der Religionen.

Mit der Suche nach Glück schöpft, so der Berliner Philosoph Wilhelm Schmid, 56, in seinem Bestseller „Glück – Alles, was Sie darüber wissen müssen, und warum es nicht das Wichtigste im Leben ist“ (2007), nun „eine ganze Zeit neuen Atem“.

Dabei helfen dem Einzelnen, wie gesagt, Gelassenheit und Bescheidenheit, Naturerlebnisse und soziale Glückserfahrungen wie das Lächeln eines schönen Gesichts, aber auch ein ungeheucheltes Bild der eigenen Gerechtigkeit. Die heftigste Hilfe gegen alle gesellschaftlichen Zumutungen liefert allerdings eine Naturgewalt, die oft selbst zu einer gesellschaftlichen Zumutung expandiert: die leidenschaftliche Liebe. Eine Quelle des Glücks? Gewiss, aber gerade als solche auch verantwortlich für reichliches Unglück.

Diana Spencer, die Prinzessin der Herzen, wird von wahren Freudeströmen durchflutet, als Prinz Charles, am 6. Februar 1981, sie auf Schloss Windsor beiseitenimmt und sagt: „Es ist dir doch klar, dass du eines Tages Königin sein wirst.“ Tina Brown berichtet in ihrer Diana-Biografie, Diana sei in diesem Moment „aus allen Wolken“ gefallen; Dianas Bruder

Charles habe seine Schwester kurze Zeit danach gesehen.

Von ihm weiß Brown: „Sie sah so glücklich aus wie noch nie. Es war echt, denn niemand mit unechten Motiven könnte so glücklich aussehen. Sie sah nicht aus wie jemand, der den Jackpot geknackt hat, sondern wie jemand, der seelische Erfüllung gefunden hat.“

Der passioniert Liebende verschafft dem (oder der) Geliebten ein neues Selbstbild, ein positives Einmaligkeitsgefühl – und erhält Ähnliches zurück. Auch dieses Wechselspiel ist Glück.

Die wahre Theorie des Glücks besteht aus der Symphonie aller möglichen Glückstheorien. Wer innehält und die Vielfalt der Einfälle staunend nachvollzieht, ist schon unterwegs – zum Glück.

MATHIAS SCHREIBER



*Zu diesem Thema erscheint am 5. Juni von Mathias Schreiber das SPIEGEL-Buch „Das Gold in der Seele – Die Lehren vom Glück“. Deutsche Verlags-Anstalt, München; 256 Seiten; 19,95 Euro.*