

Über das Glück

Günther Bien

1. Einleitung

1.1 Glückwunsch und Glück-Wünschen

Die Menschen pflegen einander zu bestimmten regelmäßig wiederkehrenden kalendarischen Gelegenheiten Glück zu wünschen sowie aus besonderen Anlässen andere zu beglückwünschen.

Fragen wir uns also, was denn das sei, das Glück, und wodurch sich ein Glückwunsch vom Glück-Wünschen unterscheidet. Fragen wir uns weiter: Woran liegt es, daß man einem Menschen nicht befehlen oder überhaupt ihn nicht dazu auffordern kann, glücklich zu sein, daß man vom Glück vielmehr im Modus des Wünschens zu sprechen zu pflegt?

Jemanden beglückwünschen bedeutet, so meine ich, daß man ihm zu vorhandenem Glück – worin immer dies im jeweiligen Fall bestehen mag – seine Zustimmung, teilnehmende Anerkennung und Freude äußert, daß man also sagt: „Du hast etwas Positives, Gutes, Beglückendes, Wunderbares getan und geleistet“, oder aber: „Es ist dir etwas Beglückendes widerfahren“, und: „Es ist gut so, du hast es verdient“, und weiterhin: „Ich freue mich mit dir, ich nehme teil an deiner Freude und deinem Glück“.

(Übrigens: Daß der Mensch nicht nur im Inneren seiner Seele und nicht nur für sich alleine glücklich sein will, sondern daß er – ich meine: durchaus zurecht – möchte, daß sein Glück von anderen wahrgenommen und auch akkreditiert wird, ist ein interessantes und bedenkenswertes anthropologisches und glückstheoretisches Faktum. Man muß dieses Faktum nicht notwendigerweise im Sinne von Samuel Johnsons sarkastischem Diktum interpretieren: „Das Glück bedeutet nichts, wenn andere davon nichts wissen, und es bedeutet sehr wenig, wenn sie uns darum nicht beneiden.“¹)

¹ Zitiert nach: W. Tatarkiewicz, *Über das Glück*, Stuttgart (Klett-Cotta) 1984, S. 143.

Daß man vom Glück nur im Modus des Wünschens sprechen kann, hat zwei Gründe. Zum einen – das ist eine moralphilosophische Trivialität – braucht man zu solchem nicht aufzufordern oder solches nicht durch einen Befehl vorzuschreiben, was die Menschen schon von sich aus tun oder wollen, wünschen und erstreben. Nun ist es aber so: Alle Menschen streben von Natur und daher unaufgebbar nach Glück. Das haben denn auch die Kenner des menschlichen Herzens, haben Platon und Aristoteles, Epikur und Seneca (wie auch alle anderen Stoiker²), haben Augustinus und Thomas ebenso behauptet wie Leibniz, Immanuel Kant, die angelsächsischen Utilitaristen J. Bentham und J. St. Mill, der Pragmatist und Religionsphilosoph William James, Dichter und Schriftsteller wie Dostojewski, Hermann Hesse und Henry Miller, und in unserem Jahrhundert noch Sigmund Freud und Teilhard de Chardin. Bei Sigmund Freud lesen wir:³

Wir wenden uns der Frage zu, was die Menschen selbst durch ihr Verhalten als Zweck und Absicht ihres Lebens erkennen lassen, was sie vom Leben fordern, in ihm erreichen wollen. Die Antwort darauf ist kaum zu verfehlen; sie streben nach dem Glück, sie wollen glücklich werden und so bleiben.

Sodann: Für das Glück ist schlechterdings konstitutiv, daß es sich nicht durch einen einfachen Willensakt und Entschluß auf eine Aufforderung hin einstellt und bewirkt werden kann. Glück kann nun einmal nicht direkt intendiert werden, sondern ist seiner Natur nach immer eine Nebenfolge. Muß das aber bedeuten, daß der Mensch für sein Glück gar nichts tun kann? Nein, denn immerhin kann man es sich und anderen wünschen.

Überhaupt sollte man hier nicht vorschnell urteilen; denn man stößt immer wieder auch auf Äußerungen, in denen in Befehlsform vom Glücklichen gesprochen wird. Wittgenstein beispielsweise hat in seinem Tagebuch notiert:⁴ „Man scheint nicht mehr sagen zu können als: Lebe glücklich! Die Welt des Glücklichen ist eine andere Welt als die des Unglücklichen. Die Welt des Glücklichen ist eine glückliche Welt.“ Und er hat auch angegeben, wie man das macht, glücklich leben:⁵ „Um glücklich zu leben, muß ich in Übereinstimmung sein mit der Welt, und dies heißt ja ‘glücklich sein’.“ Hat Wittgenstein mit diesen Feststellungen recht? Was ist Glück?

² Vgl. M. Forschner, *Die Stoische Ethik. Über den Zusammenhang von Natur-, Sprach- und Moralphilosophie im altstoischen System*, 2. Aufl., Darmstadt (WBG) 1995, Sachregister S. 236.

³ S. Freud, *Abriß der Psychoanalyse. Das Unbehagen in der Kultur*. Frankfurt/M. (Fischer) 1953, S. 105.

⁴ L. Wittgenstein: „Tagebücher 1914-1916“, in: *Ludwig Wittgenstein: Schriften*, Bd. 1, Frankfurt/M. (Suhrkamp) 1960, S. 166 ff. (Eintragung zum 29.07.1916).

⁵ A.a.O., S. 167 (Eintragung zum 08.07.1916).

1.2 Über die Glückskompetenz von Dichtern und Philosophen

Bevor wir uns dieser Frage direkt zuwenden, möchte ich einen poetischen Text in Erinnerung rufen. Ich tue dies vor dem Hintergrund folgender Überlegung. Über die Angelegenheiten und die wesentlichen Dinge des menschlichen Lebens können, so möchte man manchmal meinen, die Dichter besser und angemessener belehren, jedenfalls aber anschaulicher und schöner sprechen als die Philosophen. Dennoch aber: Mindestens sechs Bedenken sind gegen diese für die Glückskompetenz der Philosophie ungünstige Vermutung zu erheben.

1. Es wäre um die Philosophie schlimm bestellt, wenn sie zum Glücksthema nichts Sinnvolles würde sagen können. Das gilt jedenfalls dann, wenn Ciceros Feststellung zutreffend und auch heute noch gültig ist:⁶ „Die Untersuchung des glücklichen Lebens ist der einzige Gegenstand, den sich die Philosophie zum Zweck setzen muß.“
2. Es ist immerhin ein Dichter gewesen, nämlich Robert Walser, der behauptet hat: „Das Glück ist kein guter Stoff für Dichter. Es ist zu selbstgenügsam. Es braucht keinen Kommentar. Es kann in sich zusammengerollt schlafen wie ein Igel.“ (Dieses ist in unserem Zusammenhang allerdings kein starkes Argument, weil es in gleicher Weise die Kommentierungsunbedürftigkeit des Glücks durch die Philosophie mitbetrifft.)
4. Geschichten und Parabeln müssen entschlüsselt werden, und die Urteilskraft, die solches unternimmt, bedarf der theoretischen und also philosophischen Schulung.
5. Geschichten enthalten ihrerseits immer auch eine eigene „Philosophie“, die zu entschlüsseln und zu überprüfen zu den Geschäften der eigentlichen, als Fach betriebenen Philosophie zu zählen ist.
6. Allen (oder doch wenigstens den meisten) Geschichten ist naturgemäß eine besondere Art von Einseitigkeit eigen, die eine um Allgemeingültigkeit bemühte philosophische Reflexion zu vermeiden trachten wird.

Dennoch aber, diesen Einwänden gegen die Zuständigkeit der Dichtung zum Trotz, sei mit einem poetischen Text begonnen. Die kleine Geschichte, an die ich in unserem Zusammenhang denken möchte, ist die Erzählung „Das Tempelchen“ von Werner Bergengruen.⁷ Wiedergegeben ist hier der Lebensbericht, den eine alte russische Dame ihrer Enkelin Jelisaweta erzählt, genau

⁶ M.T. Cicero, *De finibus bonorum et malorum* / *Über das höchste Gut und das größte Übel*, übers. u. hrsg. von H. Merklin, Stuttgart (Reclam) 1989, V 5.12.

⁷ W. Bergengruen, *Das Tempelchen*, Zürich (Die Arche) 1950.

er gesagt: die Erzählung einer Episode aus ihrer Kindheit, von der diese Enkelin bemerkt, daß sie,

nachdem sie selber bereits zu Jahren gekommen war und nachdem sich aufgrund der Umgestaltung, die vom zweiten Jahrzehnt unseres Jahrhunderts an über die östlichen Länder hingingen, auch in ihrem Leben vieles geändert hatte, diese Großmuttergeschichte im Sinn behalten und gemeint habe, in ihr ein stattliches Maß angedeuteter Aufschlüsse und Erfahrungen niedergelegt zu finden, und vielleicht mehr, als die Großmutter selbst gewußt hatte. Manchmal gar wollte es ihr – man möchte annehmen: irrigerweise – fast scheinen, als läge hier eine Art Schlüssel zur Dechiffrierung des Lebens und der menschlichen Schicksale bereit. Doch war es auch [so bemerkt der reflektierende Erzähler] der Enkelin nicht gegeben, diesen Gehalt zu erkennen und für das eigene Dasein fruchtbar zu machen.

Ob es uns in distanzierter Reflexion gelingen mag, diesen Gehalt zu erkennen und für unser Dasein fruchtbar zu machen? In den Kategorien einer ausgearbeiteten Glücksphilosophie diskutiert geht es in dieser Geschichte darum, ob und wie es uns gelingt, die zumeist kurzen Perioden intensivsten Glückserlebens und ausgesprochener Höhepunkterfahrung („den Extrakt von tausend Rosenblättern“) in ein ganzes, auch mit Perioden der Langeweile und des Unglücks durchsetzte Leben zu integrieren. – Erzählt werden in dieser Geschichte drei Tage aus dem Leben einer jungen Frau, in denen sie einen flüchtigen und gesuchten Offizier in einem Tempelchen im Park ihres elterlichen Anwesens versteckt gehalten hat. Von diesen Tagen berichtet sie, nun sehr alt und auch weise geworden, ihrer Enkelin:

Ach, ich habe noch viel über Jerome nachgegrübelt und darüber, daß diese drei Tage mit ihm etwas so Einzigartiges waren! Weißt Du, wenn ich sie mit meinem übrigen Leben vergleiche, dann ist das wie ein großer Garten, wo alles mögliche wächst, eins besser, eins schlechter, und da sind natürlich auch sehr bunte und stark riechende Blumen dabei. Aber diese drei Tage, das war der Extrakt, tausende von Rosen braucht es wohl, bis ein Fläschchen mit Rosenöl zustande kommt, und manchmal möchte man dazu den ganzen übrigen Garten verachten. Nun, das ist wohl falsch, und später habe ich das auch nicht mehr getan.

Wie also verhalten sich, zu dieser Frage regt uns der Text an, Glück und Unglück eines ganzen Lebens zu drei kurzen Tagen letzter Erfüllung? Wiegen drei Tage dieser Art alle übrigen Widerfahrnisse eines ganzen Lebens auf? Vielleicht sagen die Schlußsätze der kleinen Erzählung einiges darüber:

Also, wie gesagt Kindchen, wenn schon nicht Glück, dann wenigstens Zufriedenheit. Nur manchmal denkt man, wir könnten auch mit der Zufriedenheit nie ganz zufrieden sein, so wie mit dem Glück nie ganz

glücklich. Nun, das wäre noch lange nicht das Schlimmste. Denn alsdann könnte man immer noch denken, man könnte auch mit dem Unglück nie ganz unglücklich und mit der Unzufriedenheit nie ganz unzufrieden sein.

Diese kleine Geschichte und die in sie eingestreuten allgemeinen Reflexionen enthalten, wenn man einmal darauf achtet, eine ganze Glücksphilosophie und zugleich eine ganze Philosophie des menschlichen Lebens. Was also ist Glück? Was bedeutet das Wort 'Glück'? Wie verhält sich das Wort (und dann auch die Sache) 'Glück' zu den anderen Worten und Bedeutungen aus dem hedonischen Wortschatz und Sinnbezirk, also zu Zufriedenheit, Seligkeit, Sinnerfüllung, Selbstverwirklichung, Lebensqualität, Wohlbefinden, Vergnügen, Freude, Spaß? Haben die Kulturkritiker recht, die sagen, daß es bald gar kein Glück mehr geben werde, sondern nur mehr Spaß?

2. Das Glück als Thema der Philosophie

2.1 Die Frage nach dem Glück

Das Glück ist Glücks- und Philosophensache, behauptet eine alte Sentenz. Ich möchte ihr zwei weitere Sentenzen hinzufügen: Glück ist Ansichtssache, und: Glück ist Charakterangelegenheit, und ich behaupte: eine vollständige Philosophie des Glücks könnte schlicht darin bestehen, diese vier Feststellungen angemessen zu explizieren und zusammenzudenken.

Mit der Behauptung, daß das Glück Philosophensache sei, soll sicher nicht gesagt werden, daß die Gattung der philosophischen Menschen regelmäßig eine besonders glückliche Sorte von Menschen sei. Gemeint ist vielmehr, daß das Glück seit Anbeginn ein besonders bevorzugtes Thema der Philosophie gewesen ist, und daß daher die Philosophen vom Fach seit je die in besonderer Weise kompetenten Theoretiker in bezug auf Fragen des Glücks seien, sowie schließlich, daß Glück eben nicht nur Glücks- und Zufallssache, sondern auch eine Angelegenheit der *ars vitae*, der vernünftigen Lebensführung und sinnvollen Lebensplanung eines jeden Menschen sei, der bewußt und mit Vernunft – das aber heißt: der weisheitsliebend – lebt. Die Philosophie ist daher denn auch über Jahrhunderte hin verstanden worden als Lehre von und Anweisung zum glücklichen Leben, als erlernbare und auszu-

bildende Kunst einer richtigen, gelingenden und erfüllten Lebensführung, als *ars bene beateque vivendi*.⁸

Denn das gehört zu den ausgemachten Selbstverständlichkeiten, seitdem man sich mit der Frage nach dem Glück beschäftigt hat, daß das Glück das einzige der möglichen menschlichen Lebensziele ist, das den Charakter hat, letztes Ziel zu sein, d.h. in keiner Weise auf ein anderes, übergeordnetes Ziel hin als Mittel oder Durchgangsstufe funktionalisiert werden zu können. Es ist darum auch immer als das höchste, durch Handeln realisierbare Gut (das *summum bonum*) des Menschen und als der Endzweck (*finis ultimus*) des menschlichen Lebens angesehen worden. Was auch immer die Menschen je nach ihrer Lebens- und Willensausrichtung wollen und vom Leben erwarten, das wollen sie, weil sie meinen, daß es das sei, was in letzter Instanz das Streben und Begehren ihres Herzens zur Ruhe kommen läßt.

Angesichts der von Philosophen, Dichtern und Psychologen über eine so lange Zeit hin behaupteten Allgemeinheit, Notwendigkeit und Unaufgebbarkeit des menschlichen Glücksstrebens, das zudem noch durch die amerikanische Unabhängigkeitserklärung vom 4. Juli 1776 neben dem Leben und der Freiheit in den Rang eines natürlichen Rechtes erhoben worden ist,⁹ mag es überraschen, daß es doch immer eine beträchtliche Zahl von Menschen gibt, die erkennbar nicht zu denen gehören, die bei einer von Meinungsforschern organisierten Umfrage das Feld „uneingeschränkt glücklich“ als für sie zutreffend ankreuzen dürften.

Wie ist diese Tatsache zu erklären? Was ist die Ursache für ein so verbreitetes Unbehagen und Negativgefühl? Liegt es an den äußeren Verhältnissen oder aber an einer falschen Lebensführung und Lebensgestaltung oder vielleicht an zu hohen Erwartungen in bezug auf das, was man vom Leben erwarten darf? Was machen wir Menschen falsch? An welcher Stelle liegen die Schwierigkeiten, die wir mit dem Glück zu haben pflegen?

Was überhaupt macht uns glücklich? Worin besteht das Glück – in welchen Dingen, Erlebnissen, Tätigkeiten, Lebensformen oder Lebensverhältnissen? D.h., um welche Dinge, Tätigkeiten und Einstellungen, um welche Gestaltung der Weltverhältnisse soll man sich bemühen – als Einzelner und als Gemeinschaft, um als Einzelner und in Gemeinschaft glücklich zu leben? Kurz (und das ist wohl die Grundfrage, an deren Beantwortung uns allen am meisten gelegen sein muß, und die hier zu stellen ist): Was kann der Mensch

⁸ Vgl. G. Bien: „Lebensführungskompetenz“, in: R. Breuninger (Hrsg.), *Philosophie der Subjektivität und das Subjekt der Philosophie. Festschrift für Klaus Giel zum 70. Geburtstag*. Würzburg (Königshausen & Neumann) 1997, S. 24 – 35.

⁹ D. Sternberger: „Das Menschenrecht nach Glück zu streben“, in: Ders., *Ich wünschte ein Bürger zu sein. Neun Versuche über den Staat*, 2. Aufl., Frankfurt/M. (Suhrkamp) 1970, S. 131 ff.

seinerseits für sein Glück oder wenigstens für die Verhinderung von Unglück und Leid tun? Stimmt es aber überhaupt, daß der Mensch in jeder Hinsicht seines Glückes Schmied ist?

Ist Glück ein Gemütszustand, ist es überhaupt ein Zustand? Wenn es das nicht ist, was ist es dann? Vielleicht eine Tätigkeit? Oder ist es weder eine Tätigkeit noch ein Gemütszustand, sondern eine Ideologie, eine Illusion, ein Traum? Wenn es eine Illusion und ein Traum ist, ist es dann ein notwendiger und unaufgebbarer oder ist es ein über reales Unglücklichsein hinwegtäuschender und damit vielleicht hilfreicher Traum? Oder aber ist das Glück als Traum ein das reale Glück verhindernder Traum?

Was die einzelnen Glücksgüter angeht, so kann man fragen: Hat Schopenhauer mit seinem Diktum recht: „Gesundheit ist nicht alles, aber alles ist nichts ohne Gesundheit.“? Hat das Sprichwort recht, welches sagt: „Geld macht nicht glücklich, aber es beruhigt.“? Oder hat die Korrektur daran recht, welche uns versichert: „Doch, Geld macht sehr wohl glücklich. Zwar nicht alle immer, jedoch viele oft.“?

Soviel ist sicher: Jeder Versuch einer Antwort auf diese Fragen setzt als erstes unabdingbar eine Verständigung darüber voraus, was das denn eigentlich sei, das Glück.

2.2 Begriffliche Unterscheidungen und Klärungen

Das Wort ‘Glück’ wird im Deutschen offensichtlich in zwei wohl zu unterscheidenden Grundbedeutungen verwendet, die in anderen Sprachen regelmäßig auch durch terminologische Varianten auseinandergehalten werden, im Lateinischen etwa als *fortuna* und *beatitudo*, im Griechischen als *eutychia* und *eudaimonia*, im Französischen als *la bonne chance* und *le bonheur*, im Englischen als *luck* und *happiness*.

Gemeint ist in dem einen Falle der Glückszufall, die Glücksgabe, die wir nicht erzwingen können, das Glück, das man hat; im anderen Falle das Glücklichsein, die Glückserfahrung, das Glückserlebnis, aber auch der gute Geist, der uns innerlich erfüllen muß, wenn wir fähig sein sollen, die äußerlich zufallende Gabe glücksbringend zu empfangen beziehungsweise beim Ausbleiben solcher Zufälle nicht unglücklich zu werden.

Nur wenn man diese Doppeldeutigkeit des Wortes im Auge behält, versteht man die Pointe der selbstverfaßten Grabinschrift des (im Jahre 1881 verstorbenen) Dichters Franz Dingelstedt: „*Er hat im Leben viel Glück gehabt, und ist doch niemals glücklich gewesen*“, sowie die (durchaus richtige) Beobachtung von Juliane Windhagen „*Zum Glück braucht man nicht viel zum Glück*“ und die Sentenz von Marie von Ebner-Eschenbach: „*Sich glücklich fühlen können, auch ohne Glück – das ist Glück*“. (Genau besehen werden hier gleich drei Glücksbegriffe ins Spiel gebracht.)

Innerhalb dieser beiden Grundunterscheidungen lassen sich noch jeweils weitere Differenzierungen treffen.

2.2.1 Glück als *fortuna*

Innerhalb des Begriffes von Glück als *fortuna*, also dem, was einem zufällt und was man hat oder haben kann, lassen sich mindestens die folgenden Unterscheidungen treffen:

1. Mit dem Worte 'Glück' meint man zumeist das einzelne Ereignis, den einzelnen günstigen Zufall. Gemeint sein kann dabei einmal (a) das einzelne positive Ereignis, der glückliche Zufall: das vierblättrige Kleeblatt und das gewinnbringende Lotterielos; gemeint sein kann daneben aber auch (b) das einzelne, zufällige und von uns nicht herbeizuführende Ereignis, wodurch ein Übel verhindert wird. Das Glück in diesem letzten Sinne dürfte gemeint sein in jener geistvollen „Definition“ von Bernard Shaw, nach der das Glück der Stuhl ist, der zufällig da steht, wenn man im Begriffe ist, sich zwischen zwei andere zu setzen.
2. Mit 'Glück' meint man sodann die Glücksgüter, die man haben oder nicht haben kann, also das, was man sich und anderen aus Anlaß des Geburtstages oder zum Jahreswechsel zu wünschen pflegt: Gesundheit, Wohlstand, Erfolge und sonstige einzelne Güter.
3. Das Wort 'Glück' bezeichnet weiterhin den Zustand des vom Glück (im ersten und zweiten Sinne) Begünstigtseins: Glücklich nach dieser Bedeutung ist der Mensch, der bei allen oder doch den meisten seiner Bestrebungen Glück und Erfolg hat, also das „Glückskind“, das „Sonntagskind“ und der „Glückspilz“. (Daß es eine solche Sorte von glücksbegnadeten Menschen tatsächlich gibt, weiß nicht nur das Märchen von der Glücks- und der Pechmarie, es ist auch die Voraussetzung des Napoleon zugeschriebenen Ausspruchs, er könne nur Offiziere brauchen, die *fortune* haben.)

2.2.2 Glück als *beatitudo*

Auch bei dem Glück, das man empfindet, beim Zustand des Glücklichseins kann man bei genauem Hinsehen wiederum mehrere Bedeutungen unterscheiden.

2.2.2.1 *Glück als Hochgefühl*

Glück kann erstens das Glück des Augenblicks sein, das Hochgefühl und das Höhepunktserlebnis. Hierbei mag man, je nach dem Niveau, vielleicht zwei Unterscheidungen treffen:

a) Das Glück im Sinne von Spaß, Vergnügen, Genuß, oder im Sinne von Sigmund Freud:¹⁰ „das Erleben starker Lustgefühle. Im engeren Wortsinn wird ‘Glück’ nur darauf bezogen.“ Wenn Freud von diesem Glück sagt, daß es seiner Natur nach nur als episodisches Phänomen möglich sei, daß jede Fortdauer einer vom Lustprinzip ersehnten Situation nur ein Gefühl von lauem Behagen ergebe, daß wir so eingerichtet seien, nur den Kontrast intensiv genießen zu können, den dauernden Zustand hingegen nur sehr wenig, so ist dies alles nur dann richtig, wenn man mit Freud unter ‘Glück’ eine „eher plötzliche Befriedigung hoch aufgetauter Bedürfnisse“ versteht. Freud (ebd.) hat daraus die anthropologische Konsequenz gezogen: „Somit sind unsere Glücksmöglichkeiten schon durch unsere Konstitution beschränkt“, und „die Absicht, daß der Mensch ‘glücklich sei’, ist im Plan der ‘Schöpfung’ nicht enthalten.“ Die Richtigkeit dieser Konsequenz hängt freilich davon ab, daß ‘Glück’ ausschließlich in diesem Sinne einer an physiologische Bedingungen geknüpften Erlebnisqualität verstanden wird.

b) Von diesem ausgesprochen sensualistischen Glücksbegriff möchte ich die doch eher geistigen Höhepunktserlebnisse unterscheiden. Hören wir einige poetische Beschreibungen solcher Situationen. Friedrich Nietzsche behauptet:¹¹

Das Wenigste gerade, das Leiseste, das Leichteste, einer Eidechse Rascheln, ein Hauch, ein Husch, ein Augenblick – wenig macht die Art des besten Glücks.

Der chinesische Dichter Chin Shengt’An fragt uns:

Ich trinke in einer Winternacht, und plötzlich fällt mir auf, daß es ungewöhnlich kalt geworden ist. Ich stoße das Fenster auf und sehe Schneeflocken wirbeln, so groß wie eine Hand, und der Schnee liegt schon drei oder vier Zoll hoch. Ist das vielleicht nicht Glück?

Von Bert Brecht gibt es einen kleinen Text, der zwar auch mit dem Titel „Vergnügungen“ überschrieben ist, der aber doch – anstelle von bloßen Stimmungen und dem Erleben von Spaß – Dinge, objektive Situationen und auch Tätigkeiten als glückspendend nennt, für die sämtlich kennzeichnend ist, daß sie das Niveau rein sinnlicher Erregung weit überbieten. Brecht zählt als solche „Vergnügungen“ auf:

Der erste Blick aus dem Fenster am Morgen
Das wiedergefundene alte Buch

¹⁰ S. Freud, *op. cit.*, S. 105.

¹¹ Die beiden folgenden Zitate nach J. Thiele (Hrsg.), *Glück. Das Buch der schönen Augenblicke*, Stuttgart (Kreuz) 1987, S. 66 ff.

Begeisterte Gesichter
 Schnee, der Wechsel der Jahreszeiten
 Die Zeitung
 Der Hund
 Die Dialektik
 Duschen, Schwimmen
 Alte Musik
 Bequeme Schuhe
 Neue Musik
 Schreiben, Pflanzen
 Reisen
 Singen
 Freundlich sein.

Bei dem Wiener Philosophen Moritz Schlick, einem Vertreter des höchst nüchternen sog. Neopositivismus lesen wir:¹²

Glück – das sind diejenigen wenigen Viertelstunden im Leben, in denen die Welt mit einem Male vollkommen wird durch das Zusammenreffen unscheinbarer Umstände – die Berührung einer warmen Hand, der Blick in ein kristallklares Wasser, die Stimme eines Vogels – wie könnte man nach dergleichen ‘streben’?

Die Schlußfrage dieses Textes ist offensichtlich als rhetorische Frage gemeint und will zum Ausdruck bringen: solches kann man nicht erstreben und bewirken wollen. Das stimmt zweifellos dann, aber auch nur dann, wenn man unter Glück ausschließlich solche von der Welt auf uns zukommende und uns geschenkten Höhepunkterlebnisse versteht. Freilich läßt es auch Schlick nicht bei der Feststellung bewenden, daß das Glück uns vollkommen unverfügbar von außen zukommt; er hat geradezu als Summe der Moralphilosophie den Satz formuliert:¹³ „Halte dich jederzeit glücksbereit.“ oder noch kürzer: „Sei glücksbereit.“ Denn: „Wer fähig ist, den Wert wertvoller Güter in hohen Freudegefühlen auszuschöpfen, der macht eben den rechten Gebrauch davon. Die Natur ist nicht geizig oder sparsam und knüpft keine andere Bedingung an die Verleihung ihrer Güter, als daß man fähig sei, sie zu empfangen. Glücksfähigkeit ist schon Glückswürdigkeit. Wer imstande und bereit ist, an den Freuden der Welt teilzunehmen, der ist zu ihnen eingeladen.“

Überhaupt läßt sich beobachten, daß die in der Philosophie und auch Psychologie ausgearbeiteten verschiedenen Glückskonzepte sich im wesentlichen dadurch voneinander unterscheiden, welche der semantisch zu unterscheidenden Bedeutungen des Wortes ‘Glück’ jeweils als die *Sache* selbst gesetzt wird. Für die Neuzeit und Gegenwart gilt, daß auf weite Strecken

¹² M. Schlick, *Fragen der Ethik*, Frankfurt/M. (Suhrkamp) 1984, S. 194.

¹³ A.a.O., S. 193.

eigentlich nur das sensualistisch-hedonistische Glückskonzept (a) gelten gelassen wird.

Ein Beispiel dafür bietet das weit verbreitete Buch von Rolf Schneider *Glück – was ist das?*.¹⁴ Auch Schneider unterscheidet das Glück, das man hat, das objektive Glück, von dem Glück, das man empfindet, dem subjektiven Glück. Innerhalb dieses „subjektiven Glücks“, des Zustandes des Glücklichseins, unterscheidet Schneider das Glücksempfinden des Augenblicks von dem stetigen Glücksempfinden, der Grundstimmung des Glücklichseins. Er favorisiert eindeutig die erste Form und wirft der Glücksphilosophie, zumal der antiken vor, diesen Aspekt zugunsten der Chimäre eines Lebensdauer-glücks vernachlässigt zu haben. Das Glück des Augenblicks ist das einzige, was er gelten läßt und also das Kernthema seines Buches, und dementsprechend definiert er:¹⁵

Glück ist das befristete positive Lebensgefühl eines bestimmten Menschen zu einer bestimmten Zeit – gleichgültig:
 * ob der Mensch dieses Gefühl bewußt registriert oder nicht
 * ob er sich darüber äußert und wie er sich darüber äußert
 * ob er es „Glück“ nennt oder wie sonst er es nennt, zum Beispiel Vergnügen, Lust, Befriedigung, Selbstverwirklichung, Seligkeit, Lebensqualität, soziales Wohlbefinden
 * ob andere Menschen es „Glück“ nennen oder wie sonst sie es nennen
 * ob es sich aus Glücksgütern und Glückszufällen speist oder nicht
 * ob es ein positives Gefühl des Leibes, des Geistes oder der Seele ist
 * gleichgültig auch, ob es in das Unglück anderer Menschen eingebettet ist oder dies gar zur Voraussetzung hat – in sozial gebilligter Form bei jeder Art von Wettbewerb.

Man kann es nicht übersehen: Genau dies ist der Begriff, der, heute von der Sprache vorgegeben, mit dem Wort ‘Glück’ für uns fast unlöslich verbunden ist. Glück ist demnach ein im Grunde egoistisches, jedenfalls ein sensualistisch-hedonistisches Programm. Nur wenn man diese Tatsache im Auge behält, versteht man die heute verbreitete und auch oft explizit geäußerte Meinung, daß glücklich sein zu wollen moralisch unanständig und unstatthaft sei. An dieser Bedeutungsfixierung dürfte auch Kant mit seiner einprägsamen, geradezu klassischen Definition beteiligt gewesen sein, dergemäß Glück die extensive, intensive und protensive Erfüllung unserer Bedürfnisse und Triebe sei:¹⁶ „Glückseligkeit ist die Befriedigung aller unserer Neigungen (sowohl extensive, der Mannigfaltigkeit derselben, als intensive, dem Grade,

¹⁴ R. Schneider, *Glück – was ist das? Traum und Wirklichkeit*, München-Zürich (Piper) 1978.

¹⁵ A.a.O., S. 48.

¹⁶ I. Kant, *Kritik der reinen Vernunft*, A 806/B 834.

und auch protensive, der Dauer nach)¹⁷. Glück ist „das Bewußtsein eines vernünftigen Wesens von der Annehmlichkeit des Lebens, die ununterbrochen sein ganzes Dasein begleitet“.¹⁷ Dies war keine Kantische Sonderlehre, sondern die allgemeine Überzeugung und der verbindliche Sprachgebrauch – am Ende des 18. Jahrhunderts – und er ist es noch heute.¹⁸ Dieses semantische Faktum bedenkend wird, wer heute an einer Neuformulierung des klassischen Konzeptes von *eudaimonia* und *beatitudo* interessiert ist, tunlichst das Wort ‘Glück’ vermeiden und statt dessen lieber von geglücktem oder gelungenem oder von erfülltem Leben sprechen.¹⁹ Wer von einem erfüllten und geglückten Leben spricht, denkt – um das Wenigste zu sagen – dabei nicht nur an die “glücklichen” Epochen, in denen in der Seele Kirmes war, sondern er schließt auch die anderen, die belasteten oder gar leidvollen, aber doch ebenso zur *conditio humana* notwendig gehörenden Seiten des irdischen Daseins mit ein, und er denkt, daß die gelungene Integration auch dieser Aspekte eine Lebensleistung, die Leistung einer ausgebildeten Lebensführungs-kompetenz ist.

c) Neben den genannten einzelnen Widerfahrnissen des individuellen Lebens können sodann auch die mehr oder weniger institutionalisierten Formen von Lebenshöhepunkten gemeint sein: das Fest, das Mahl, das Singen, das Tanzen.

¹⁷ I. Kant, *Kritik der praktischen Vernunft*, 1. Teil, § 3 (Akademie-Ausg., Bd. V, S. 22).

¹⁸ Vgl. E. Platner, *Philosophische Aphorismen*, Stuttgart-Bad Cannstatt (Frommann) 1977, II. 28. F. Mauthner: Artikel „Glück“, in: ders., *Wörterbuch der Philosophie. Neue Beiträge zu einer Kritik der Sprache* 1910 (Nachdruck: Zürich 1980) Bd. I, S. 440: „Glückseligkeit im psychologischen Sinn des Worts ist der Zustand angenehmer Empfindungen. Im praktischen Sinn ist es die Mehrheit angenehmer Zustände in der Totalität des Lebens“. K.H.L. Pöhlitz, *Die Staatswissenschaften im Lichte unserer Zeit dargestellt. II. Theil: Die Volkswirtschaftslehre, die Staatswirtschaftslehre und Finanzwissenschaft und die Polizeiwissenschaft*. 2., ber. und verm. Aufl. Leipzig 1827, S. 1: „Der Mensch ist, nach der Gesamtheit seiner sinnlichen und geistigen Anlagen, Vermögen und Kräfte, zur Sittlichkeit und Glückseligkeit bestimmt. Beide, Sittlichkeit und Glückseligkeit in Harmonie, bilden den Endzweck seines Daseyns. Die Glückseligkeit, gedacht als der Zweck des sinnlichen Theiles der menschlichen Natur, besteht in der möglichst größten Summe angenehmer Empfindungen während der Dauer eines irdischen Lebens. Dieser Zweck, in ursprünglichen Anlagen und Kräften der menschliche Natur verbürgt, würde der höchste und einzige des Menschen seyn, wenn er, wie das Thier, ein Wesen mit bloß sinnlichen Anlagen und Kräften wäre.“

¹⁹ Vgl. G. Bien: Artikel „Glück, philosophisch“, in: *Lexikon für Theologie und Kirche*, begr. von M. Buchberger, hrsg. von W. Kasper, Bd. 4, Freiburg u.a. (Herder), 1995, Sp. 757 – 759.

2.2.2.2 Glück als Charakterangelegenheit

Glück ist fernerhin der Geist, das Talent und der Charakter, der das Glück im Sinne der günstigen Fügungen und Lebenswiderfahrnisse herbeiruft und mit ihnen umzugehen weiß. Als Seelenverfassung meint es auch jenen guten Geist, der den Menschen innerlich so erfüllt, daß er in relativer Unabhängigkeit von äußeren Glücksfällen oder deren Ausbleiben im Innersten *eudaimon*, glücklich wird.²⁰ Diese Wendung mag wiederum in einem doppelten Sinne verstanden werden: mehr psychologisch oder mehr ethisch.

Ich möchte es offen lassen, an welche dieser beiden Bedeutungen eher zu denken ist bei Goethes Ausspruch „*Das Glück tut's nicht allein, sondern der Sinn, der das Glück herbeiruft, um es zu regeln*“. Unzweideutig ist hingegen Börnes Feststellung, daß glücklich sein auch eine Tugend ist. So konnte denn auch Emile Auguste Chartier geradezu davon sprechen, daß Glück nicht nur eine Tugend sei, sondern daß es eine Pflicht gibt, glücklich zu sein, und daß man sogar geloben müsse, glücklich zu sein.²¹ Eindeutig psychologisch muß man Mitscherlichs Feststellung hören:²²

Ob jemand fähig ist, sein Glück zu finden, Glück zu ertragen, sich glückliche Umstände zu erhalten, das enthält eine wesentliche Aussage über diesen Menschen. Im umgekehrten Fall gilt das vielleicht noch mehr: Ob einer einfach kein Glück hat, wie er sein Unglück erträgt – das verrät viel von der Struktur des Menschen, von der Struktur dessen, was wir seinen Charakter nennen.

Zeitgenössische Psychologen haben diese Fähigkeit zum Glück mit dem Terminus „Lebenszufriedenheitskompetenz“ benannt und so definiert:²³

Die Möglichkeit, Glück, Lebenszufriedenheit und Sinn zu erfahren, muß wesentlich auf einem 'Talent', auf einer Lebenszufriedenheitskompetenz beruhen. Sie besteht in einer je persönlichen Kombination von komplexen Reaktionsmustern, das heißt von Dispositionsfaktoren, und besagt sowohl Bereitschaft als auch Fähigkeit zu Positiverfahrungen; Bereitschaft im Sinne von Motiviert-, Ansprechbar- und Sensibelsein, und zwar mit einem Gefüge von verhältnismäßig stabilen und in einem Wertsystem geordneten Einstellungen zu Personen und

²⁰ R. Schaeffler, *Fähigkeit zum Glück*, Zürich-Einsiedeln-Köln (Benziger) 1977 (*Theologische Meditationen*, Nr. 46).

²¹ Alain (Pseudonym für Aug. E. Chartier), *Die Pflicht, glücklich zu sein*, Frankfurt/M. (Suhrkamp) 1977; dort die Kapitel LXXXIX („Glück ist Tugend“), XCII („Die Pflicht, glücklich zu sein“), XCIII („Man muß geloben, glücklich zu sein“).

²² A. Mitscherlich, in: *Glück, Gerechtigkeit: Gespräche über zwei Hauptworte*, hrsg. A. Mitscherlich, G. Kalow, München (Piper) 1976, S. 11.

²³ B. Grom, N. Brieskorn, G. Haeffner, *Glück – Auf der Suche nach dem 'guten Leben'*, Frankfurt/M.-Berlin (Ullstein) 1987, S. 133ff.

Zielen; Fähigkeit verstanden als Erlebnis-, Denk- und Verhaltensmuster, die (als Strategien) ein Verarbeiten, Gewinnen („Maximieren“) und Erhalten von Positiverfahrungen ermöglichen. Diese Lebenszufriedenheitskompetenz entwickelt sich vermutlich in einem komplexen Lernprozeß, der in einem Wechselspiel von Fremd- und Selbstsozialisation besteht.

Auch dieser Begriff von Glück ist auf seine Weise immer noch bezogen auf die Fähigkeit des Umgangs mit äußeren Glücksgütern und Glückszufällen bzw., wie die Sozialpsychologen sagen: mit Situationsfaktoren. Denkbar wäre darüber hinaus ein weiterer Begriff, der wenigstens tendenziell von diesem Bezug abzusehen vermag: Glück im Sinne der Freudigkeit des Herzens, des Friedens der Seele, der Ruhe des Gemütes, der Meeresstille des Geistes.

Woher aber, das ist nun die wichtigste Frage, kommt dem Menschen dieser Friede der Seele zu? Ist er eine reine Naturtatsache, die der eine hat, der andere nicht, oder handelt es sich um eine Struktur der Seele, also um eine psychologisch zu behandelnde Gegebenheit oder um eine sittliche, d.h. vom Menschen zu verantwortende, weil auf irgendeine Weise beeinflussbare Angelegenheit?

Der Friede der Seele gehört offenbar zu den Dingen, die man nicht auf direktem Wege und überhaupt nicht durch irgendeine technische Bemeisterung oder gar einen einfachen Entschluß bewirken kann; dieser Friede kann daher einerseits als ein Geschenk und als Gnade erwartet und erbetet werden. Und so singen die Christen in einem alten – man beachte wohl: in den tödlich-schlimmen Zeiten des dreißigjährigen Krieges von Martin Rinckart und Paul Gerhardt gedichteten – Danklied: *„Der ewig reiche Gott woll' uns in unserem Leben ein immer fröhlich Herz und edlen Frieden geben.“*

Eine philosophische Beschäftigung mit dem Thema Glück und dessen Realisierungsmöglichkeiten im eigenen Leben und also insgesamt das Konzept der Philosophie als einer *ars vitae*, einer von jedem Menschen auf irgendeine Weise methodisch auszubildenden und zu erwerbenden Lebensführungskunst wären nun ganz sinnlos, wenn der Mensch hier nicht seinerseits selbst doch wenigstens etwas bewirken könnte.

Was aber kann der Mensch von seiner Seite her selbst tun? Er kann, ich wiederhole, nur wenig direkt tun, er kann sehr wohl aber auf negativem Wege manches verhindern, was dem Frieden der Seele mit Gewißheit abträglich ist.

Fragen wir aber zunächst uns selbst: Was ist denn das, wodurch die Ruhe des Herzens am meisten gefährdet ist? Ich meine: Es ist die Gier des Menschen, dieses Wort in seiner weitesten Anwendung gemeint und bezogen auf alles, was den Sinn und das Gemüt des Menschen packen und gefangen nehmen kann: vitale Interessen und Bedürfnisse sowie sinnlicher Genuß, ferner äußere Besitztümer, und nicht zuletzt das bedingungslose Streben nach Ehre und Anerkennung durch andere Menschen (das oft Indiz für eine wenig aus-

gebildete Ich-Stärke ist, andererseits aber durchaus auch auf dem berechtigten Anspruch des Menschen beruht, in seiner Menschenwürde anerkannt und angemessen geachtet zu werden.)

Neben der Gier, d.h. der Angst des Menschen davor, im Leben zu kurz zu kommen, ist wohl noch eine andere Grundangst und -beunruhigung schuld daran, daß wir Menschen unglücklich sind. Ich meine die Grundangst vor Leid – also vor Krankheit und Schmerz – und vor allem vor dem Tod sowie die ängstliche Besorgnis vor dem, was vielleicht nach dem Tode kommt.

Gelassene Distanz zu sich und den Dingen der Welt ist die erste Glücksbedingung. Denn um das Innerste des Menschen, um sein Herz ist es so bestellt, wie er gewillt und gesinnt ist, wie er sich

1. zu sich selbst,
2. zu den Dingen und Lebensgütern, und
3. zur Welt insgesamt stellt – wie er also eingestellt ist.

Ich meine damit etwas Letztes und Tiefes, aber doch nicht etwas Tiefsinniges, sondern das Folgende. Eine bekannte Redewendung belehrt uns: „Es gibt kein schlechtes Wetter, es gibt nur falsche Kleidung.“ Es gilt, die richtige und gültige Einsicht, die hier für einen konkreten einzelnen Lebenszusammenhang festgehalten ist, sich nutzbar zu machen im Umgang mit dem Weltlauf überhaupt und mit dem, was uns von dort aus zukommt. „Es gibt kein schlechtes Wetter, es gibt nur falsche Kleidung“ meint: Es kommt darauf an, wie man sich zu den Situationen, zu den Dingen und zum Lauf der Welt mit seinem Herzen, seinem Geist und seinem Verstand verhält. Wie ist das zu verstehen?

3. Empirische Glücksforschung: Von der Lebenszufriedenheit zur Welt- und Selbstbejahung

Die Tatsache, daß im Deutschen das Wort 'Glück' zwei so heterogene Bedeutungen umfaßt, das Zufalls- und das Empfindungs- bzw. Befindlichkeitsglück, ist oft als Ungenauigkeit und Differenzierungsschwäche kritisiert worden. Man sagt, es handele sich um eine reine Zufallshomonymie, etwa so wie, ohne daß eine sachliche Gemeinsamkeit bestehe, das Wort 'Ball' gleichzeitig eine festliche Tanzveranstaltung und ein rundes Sport- und Spielgerät bezeichnet, oder das Wort 'Schloß' das prunkvolle Haus des Königs und die

Sicherungsmöglichkeit einer Türe oder einer Tasche.²⁴ Ich meine diesen Kritikern gegenüber: Im Falle des deutschen Wortes 'Glück' ist die Doppeldeutigkeit als durchaus sachgerecht zu begreifen. Denn einmal gehören zur realen Konstitution des menschlichen Lebens diese beiden Seiten: das, was wir selbst tun können und was in unserer Hand liegt einerseits, und das Unverfügbare und Kontingente andererseits. Und, noch wichtiger: Zwischen diesen beiden Momenten besteht ein eigenartig dialektisches Bedingungsverhältnis. Das ist nicht nur die Überzeugung der Philosophie seit je gewesen, es ist durch die gegenwärtige empirische Glücksforschung auf interessante und überzeugende Weise bestätigt worden.

Inzwischen nämlich nehmen sich des Glücks-Problems auch die praktische und die theoretische Politik, d.h. die Parteiprogrammkommissionen und die Politologen sowie die empirische Sozialforschung unter dem Titel „Lebensqualität“ an; es gibt ferner eine ganze Sparte der Psychologie, die sich unter der Bezeichnung „Happyologie“ der Untersuchung der Bedingungen von Positiverfahrungen widmet; als Positiverfahrung wird hier sehr vorsichtig das bezeichnet, was man ansonsten – nämlich im Alltag, in der Philosophie und Dichtung und ebenso in der Unterhaltungskultur der Schlager, Filme und Familienromane – Glück zu nennen pflegt. Meinungsforscher haben inzwischen ein differenziertes Instrumentarium von Test- und Befragungsmöglichkeiten entwickelt, um die Glücks- und Zufriedenheitsgefühle der Zeitgenossen – nach Alterstufen, Einkommenshöhe, Geschlecht, Konfessionszugehörigkeit, Wohnverhältnissen, Familienstand, Stellung im Beruf und was es sonst noch alles an Differenzierungsmöglichkeiten für die Lebenslagen von Menschen gibt – zu erheben und zu quantifizieren.

Die Glückspsychologie nun – jedenfalls in ihren reflektiertesten Gestalten – unterscheidet heute zwischen folgenden vier Gegebenheiten. Sie kennt

1. das Glück im umfassenden Sinne von Lebenszufriedenheit im Ganzen und von Erfahrung von Lebenssinnerfüllung überhaupt. Als dessen Konstituentien thematisiert sie:
2. die bereits genannte und im Zitat (Anm. 23) definierte Lebenszufriedenheitskompetenz, d.h. die psychologische (oder auch sittlich zu verstehende) Glücksfähigkeit und -bereitschaft der einzelnen Menschen als Dispositionsfaktor,

²⁴ Es besteht allerdings durchaus ein historischer Zusammenhang zwischen beiden Wortgebräuchen, insofern das Schloß früher einmal – in der Funktion einer Burg – dazu diente, ein Tal abzuschließen und zu sichern. Auch im Falle des Wortes 'Bank' (Sitzmöbel und Geldinstitut) besteht ein plausibler geschichtlicher Zusammenhang, insofern Bankgeschäfte ursprünglich öffentlich auf Bänken (und an „Wechlertischen“) erledigt wurden.

3. bestimmte Situationsfaktoren, also alles das, was in dem Glück, das man haben kann, konkret gemeint ist, sowie
4. etwa fünfzehn (in anderen Untersuchungen gar einunddreißig) Arten von sog. Bereichszufriedenheiten.

Man hat in raffiniert durchdachten Verfahren durch Umfragen erhoben und in Zahlenwerten vermessen, wie zufrieden die Menschen mit den 15 bzw. 31 Sektoren sind, nach denen man ihre Lebenslagen definieren kann, also mit dem Einkommen, der Wohnung, der Bildung, der Arbeit, der Familien- und Ehesituation und den politischen Verhältnissen usw. Dabei sind mehrere sehr bedeutungsvolle Einsichten gemacht worden.²⁵

Man hat zum einen gelernt, daß sehr wohl zu unterscheiden ist zwischen der Höhe des Einkommens und der Einkommenszufriedenheit; zwischen der objektiven Qualität der Wohnung (definiert durch Größe, Ruhe, Bequemlichkeit,²⁶ Zimmerzahl, Lage, Ausstattung) und der Wohnungszufriedenheit; zwischen der durch Abschlüsse und besuchte Schulen angebbaren Bildung und der Bildungszufriedenheit usw. Für die Befindlichkeit der Menschen sind nicht die äußeren und objektiven Gegebenheiten entscheidend, sondern die Einstellung des Menschen zu ihnen. Grundsätzlich also: Einkommens- und Lebensausstattungs-niveaus, also objektive und objektiv meßbare Lebensbedingungen, auf der einen Seite und subjektiv wahrgenommene Lebensqualität auf der anderen Seite differieren durchaus. Zwischen den objektiven Lebensbedingungen und dem Lebensstandard einerseits und der psychologischen Zufriedenheit mit der Lebenssituation andererseits besteht – das war ein erstes wichtiges Ergebnis – ein nur lockerer Zusammenhang. Man kann diese Befunde dahingehend zuspitzen, daß durchaus objektiv gute Lebensbedingungen mit einer als schlecht wahrgenommenen Lebensqualität zusammengehen können, man spricht hier von einem „Unzufriedenheitsdilemma“, und andererseits, daß trotz schlechter Lebensbedingungen sehr wohl eine positive Bewertung des Lebens und der Glücksbefindlichkeit gegeben sein kann, eine Tatsache, die mit dem Begriff „Zufriedenheitsparadox“ benannt wird.

Grundsätzlich sind die folgenden Möglichkeiten von „Befindlichkeitspositionen“ denkbar:

²⁵ Vgl. zum folgenden Grom et al., *op. cit.*, S. 130ff.

²⁶ Hierzu gehören weitere Einzelaspekte wie etwa Heizung, bequemer Grundriß und dergleichen; vgl. W. Glatzer, W. Zapf, *Lebensqualität in der Bundesrepublik. Objektive Lebensleistung und subjektives Wohlbefinden* (Schriftenreihe des SFB 3 der Universitäten Frankfurt und Mannheim „Mikroanalytische Grundlagen der Gesellschaftspolitik“, Bd. 10, S. 89, Tab. 4.10), New York u.a. (Campus) 1984.

1. Die objektiven Lebensbedingungen eines Menschen sind gut, und auch sein subjektives Wohlbefinden ist gut. Der Fall ist problemlos.
2. Die objektiven Lebensbedingungen eines Menschen sind gut, er empfindet dagegen sein Wohlbefinden als schlecht; diesem Menschen müßte geholfen werden.
3. Die äußeren Lebensverhältnisse sind schlecht, der betreffende Mensch nimmt dennoch seine Lebensqualität als durchaus gut und zufriedenstellend wahr. Bei einem solchen Menschen müßte man in die Lehre gehen um zu sehen, wie man das macht.
4. Der Fall, daß die objektiven Bedingungen und das subjektive Wohlbefinden in gleicher Weise schlecht sind, ist – jedenfalls theoretisch gesehen – problemlos. Eine praktische Frage wäre: Wo soll, wer helfen will, eher ansetzen: bei einer Verbesserung der objektiven Lebenslage oder mit psychologischen Maßnahmen, d.h. mit einer Herabminderung etwaiger überzogener Glückserwartungen und Lebensansprüche?

Es hat sich außerdem ergeben, daß auch die einzelnen Bereichszufriedenheiten partiell unabhängige Dimensionen des subjektiven Wohlbefindens darstellen. Wer mit den Gegebenheiten des einen Bereichs zufrieden ist, muß es nicht notwendigerweise mit einem bestimmten anderen oder gar mit allen anderen sein.

Man hat schließlich erkannt, daß die einzelnen Bereichszufriedenheiten untereinander in einem bestimmten Rangverhältnis stehen, daß es eine Hierarchie zwischen ihnen gibt, d.h., daß sie in verschiedener Wertigkeit zur Gesamtlebenszufriedenheit beitragen. Geordnet nach den Testgrößen „Koeffizient der Produkt-Moment-Korrelation“ ergab sich die folgende Rang- und Wichtigkeitsordnung der einzelnen Bereichszufriedenheiten: An der Spitze steht die Zufriedenheit mit sich selbst; darauf folgt die Zufriedenheit mit den Gegebenheiten.

Lebensstandard
 Familienleben
 Ehe
 Einkommen (der Familie)
 Freundschaftsbeziehungen
 Ersparnissen
 Berufstätigkeit
 Haushaltsarbeit
 Wohnung
 Nachbarschaft
 Gesundheit
 Gemeinde
 Bildung

Ordnet man diese Momente in konzentrischen Kreisen an, so ergibt sich eine aufschlußreiche „Strukturierung des Lebensraumes“ aufgrund einer Situierung der Lebenszufriedenheitsbedeutsamkeit jener Situationsfaktoren in der Abstufung: Im Kernbereich steht die Einstellung zum Selbst, darauf folgen die Kreise Ehe, Familie, Lebensstandard, dann Einkommen, Arbeit, und schließlich Staat/Gemeinde und Bildung.

Was hier unter den Bereichszufriedenheiten den ersten Rang erhält, die Zufriedenheit des Menschen mit sich selbst und darin mit der Welt, entspricht in letzter Hinsicht dem, was die große Tradition der philosophischen und religiösen Lebenslehre seit je thematisiert hat als Glück, als *beatitudo* und *eudaimonia* im Sinne der Freudigkeit des Herzens, des Friedens der Seele, der Ruhe des Gemütes, der Meeresstille des Geistes, als Zustimmung zu sich selbst und zur Welt. Das Glück und die Lebenszufriedenheit eines Menschen hängt zwar auch zu einem Teil von seinen äußeren Bedingungen ab. Aber die grundlegende Bedingung dafür, daß ein Mensch seine einzelnen äußeren Lebensbedingungen überhaupt als beglückend zu erfahren vermag, daß er also mit seiner objektiven Lebenssituation und Lebensqualität – wie immer diese beschaffen sei – auch subjektiv zufrieden ist, ist vielmehr darin zu sehen, daß der Mensch mit sich selbst identisch ist, daß er sich und seine Existenz in der Welt (und damit auch diese insgesamt) freudig akzeptiert und bejaht. Das ist das wohl wichtigste Ergebnis der modernen Glückspsychologie.

Ich hatte am Anfang von der besonderen Glücksformulierungskompetenz der Dichtung gesprochen; so mögen denn nunmehr statt langer abstrakter Umschreibungen zwei Gedichte verdeutlichen, was unter einer solchen Selbst- und Weltbejahung zu verstehen ist. Das erste stammt von der zeitgenössischen Dichterin Mascha Kaléko:²⁷

Ich freu mich, daß der Mond am Himmel steht
 Und daß die Sonne täglich neu aufgeht.
 Daß Herbst dem Sommer folgt und Lenz dem Winter,
 Gefällt mir wohl. Da steckt ein Sinn dahinter,
 Wenn auch die Neunmalklugen ihn nicht sehn.
 Man kann nicht alles mit dem Kopf verstehn!

Ich freue mich. Das ist des Lebens Sinn.
 Ich freue mich vor allem, daß ich bin.

In mir ist alles aufgeräumt und heiter:
 Die Diele blitzt. Das Feuer ist geschürt.
 An solchem Tag erklettert man die Leiter,
 Die von der Erde in den Himmel führt.

²⁷ M. Kaléko, *In meinen Träumen läutet es Sturm*, München (dtv) 1977, S. 70.

Da kann der Mensch, wie es ihm vorgeschrieben,
 - Weil er sich selber liebt - [auch] seinen Nächsten lieben.
 Ich freue mich, daß ich mich an das Schöne
 Und an das Wunder niemals ganz gewöhne.
 Daß alles so erstaunlich bleibt, und neu!
 Ich freu mich, daß ich ... Daß ich mich freu.

Das zweite Gedicht verdeutlicht in besonders schöner und sachgemäßer Weise das von uns Gemeinte: den engen Zusammenhang zwischen dem Frieden und der Ruhe der Seele, dem Frieden der Welt und der Offenheit der Seele zur Welt; es stammt von Theodor Fontane; seine Überschrift lautet schlicht „Glück“:²⁸

Sonntagsruhe, Dorfesstille,
 Kind und Knecht und Magd sind aus,
 Unterm Herde nur die Grille
 Musiziert durch das Haus.

Tür und Fenster blieben offen,
 Denn es schweigen Luft und Wind,
 In uns schweigen Wunsch und Hoffen,
 Weil wir ganz im Glücke sind.

Felder rings – ein Gottessegen
 Hügel auf- und niederwärts,
 Und auf stillen Gnadenwegen
 Stieg auch uns er in das Herz.

Die Psychologie weiß heute, daß die Fundamente eines solchen Selbst- und Weltvertrauens in der ersten Kindheit gelegt werden. Es besteht keineswegs in narzißtischer Selbstbezogenheit, Selbstvoreingenommenheit und Kreisen um das eigene Ich, sondern es impliziert einerseits zwar ein Ruhen in sich, aber es umfaßt und setzt andererseits in nur scheinbar paradoxer Spannung gerade Selbsttranszendenz und – wie die Psychologen sagen – „erfüllende Anderngerichtetheit“ voraus, also die Fähigkeit, sich ändern Menschen positiv und in Freude, in Freundschaft und Bejahung zuzuwenden wie auch, sich zu Dingen und Wirkungsmöglichkeiten außerhalb unserer selbst interessiert und aktiv verhalten zu können, statt ihnen gelangweilt und passiv gegenüberzustehen und dadurch zu verarmen. Einen solchen sicheren Stand in der Welt durch Akzeptieren seiner selbst, verbunden mit aktiver Zuwendung zu anderen und zu anderem zu vermitteln, gehört zu dem Wichtigsten, was Eltern ihren Kindern mitgeben müssen, und was vielleicht sie allein ihnen mitgeben können.

²⁸ Th. Fontane, *Romane und Gedichte*, München (Droemer) 1952, S. 1063.

4. Glück und Moral: Glücklichsein und glücklich machen

Manchem wird dieses Glückskonzept vielleicht allzu egoistisch und selbstbezogen erscheinen,²⁹ so daß man ihm gegenüber die in der Tat oft formulierte Gegenthese einwenden kann: „Am glücklichsten macht den Menschen, andere Menschen glücklich zu machen.“

Diesem Einwand ist grundsätzlich und auch nachdrücklich durchaus zuzustimmen. Einen widerlegenden Einwand sehe ich darin freilich insofern nicht, als ich ausdrücklich die „Anderngerichtetheit“ in meine Bestimmung mit einbezogen hatte. Zu einem anderen Verhalten kann man in der Tat sinnvollerweise auch niemanden auffordern, man kann es darum nicht, weil nach Viktor Frankls Definition die sture Selbst-Zentriertheit just das Wesen der Neurosen ausmacht,³⁰ – und weil, wie eine bekannte Redewendung zurecht einschärft, die Tür zum Glück immer nur nach außen aufgeht.

Ich wiederhole daher noch einmal und verstärke das Gesagte: Das Glück ist nicht direkt intendierbar, und vor allem: es ist nicht durch Selbsteinschluß konservierbar, es stellt sich ein als eine Nebenfolge eines anspruchsvollen und als sinnvoll begriffenen Tuns, d.h. einer Selbstüberschreitung. Man könnte (nach einem Vorschlag von Hans Lenk) geradezu von einem Ruheparadox sprechen. Die antike Theorie des Glücks vor allem lehrt uns, daß uns Lebensglück nur zufällt, wenn wir tun, was sich an Aufgaben von außen an uns heranbewegt, wenn wir die Verantwortung erfüllen, die wir für Personen und Sachen übernommen haben, und wenn dieses Tun des evident Sinnvollen unsere Kräfte fordert, moralisch, psychisch, physisch, ohne uns geradezu durch Überforderung zu zerrütten.³¹

Dennoch möchte ich dem Satz „Am glücklichsten macht den Menschen, andere glücklich zu machen“ – nicht korrigierend, aber doch komplementierend – seine Umkehrung zur Seite stellen: Nur wer selbst glücklich ist und daher Glück ausstrahlt, kann andere beglücken; nur ein Mensch, der in sich

²⁹ Robert Holden, der als Psychologe im Exeter-College in Oxford regelmäßig ‘Lachseminare’ und ‘Happiness-Workshops’ veranstaltet, geht davon aus, daß, wer einen wirklichen Durchbruch zum Glücklichsein erzielen will, sich als erstes einmal selbst erlauben muß, glücklich zu sein; denn eine weitverbreitete Überzeugung der Unglücklichen sei gerade die Annahme: „Ich habe kein Recht auf Glück; der Wunsch nach Glück ist zu selbstsüchtig.“ Vgl. B. Kerber: „Läßt sich glücklichsein erlernen? Ein ungewöhnliches Experiment macht Hoffnung“, *Psychologie heute*, 24 (1997), Nr. 3, 26f.

³⁰ Nach W.F. Bonin, *Die großen Psychologen*, Düsseldorf (Econ) 1983, S. 100.

³¹ Zitat im Anschluß an H. Lübke: „Das neue Selbstverständnis der Menschen und ihre Erwartungen an die Gesellschaft“, in: *Für eine neue Kultur der Selbständigkeit. Ein Symposium zu Ehren von Reinhard Mohn*, Gütersloh (Bertelsmann) 1991, S. 7.

selbst unbelastet ist, fällt auch anderen nicht zur Last; nur wer selbst – soweit dies überhaupt möglich ist – angstfrei ist, verbreitet keine Angst und kann auch beitragen, anderen die Lebensangst zu nehmen. „Wie soll denn einer gegen andere Wohlwollen empfinden und ausüben, wenn es ihm selber nicht wohl ist?“, hat in diesem Sinne Goethe gefragt.³² Wer so eingestellt ist, hat zumindest *einen* nicht ganz unerheblichen Vorteil: Er wird nie einsam sein müssen. Selbst wenn er alleine ist, hat er doch immer gute Gesellschaft – er hat gute Gesellschaft an sich selbst, denn er hat, wie Platon dies ausgedrückt hat, eine mit sich selbst befreundete Seele. Übrigens haben davon auch andere durchaus einen Vorteil, wenn sie in Partnerschaft oder Kooperation mit ihm treten wollen: denn nur wer mit sich selbst befreundet ist, ist fähig, eine gelingende, ersprießliche und belastbare Freundschaft mit anderen aufzubauen und zu erhalten, wie denn auch nur jemand, der für sich selbst (wenigstens einigermaßen) aufzukommen weiß, fähig ist, auch für jemand anderen zu sorgen oder doch wenigstens von sich aus keine Belastung für den anderen und für die Beziehung mit ihm darzustellen. Das unauflöslich enge Verhältnis zwischen dem eigenen Glück und dem Beglückendsein für andere könnte man – freilich überscharf – auch so formulieren: Wer im Frieden der Seele lebt, weiß, daß er den anderen ein Engel sein muß, wenn er nicht sich selbst zum Teufel werden soll.

5. Schluß: Weisheit, Tatkraft und Gelassenheit

Zum Glück gehören, so hatten wir gesehen, eine äußere, von der Welt herkommende und unverfügbare sowie eine seelische (ethische oder psychologische) Komponente. Letzteres meint den guten Geist, der uns in den Stand setzt, uns auf rechte Weise zu den Glücks- und Zufallsgütern und den Situationsfaktoren zu verhalten. Dazu muß abschließend noch ein Wort gesagt werden.

Ich hatte die sprichwörtliche Wendung vom Wetter und der rechten Kleidung zitiert. Die gleiche Einsicht hat der stoische Philosoph Epiktet so formuliert:³³

³² Zitat nach H.J. Schrimpf, *Goethes Begriff der Weltliteratur*, Stuttgart (Metzler) 1968, S. 7.

³³ Epiktet, *Encheiridion*, 8 (*Handbüchlein der Moral. Griechisch/Deutsch*, Stuttgart (Reclam), 1992, S. 14).

Verlange nicht, daß alles so geschieht, wie Du es wünschst, sondern sei zufrieden, daß es so geschieht, wie es geschieht, und Du wirst in Ruhe leben.

Damit diese Sentenz nicht quietistisch und passivistisch mißverstanden wird, beeile ich mich, ihr in freier Umschreibung den bekannten, Oettinger zugeschriebenen Gebetstext anzufügen:

Der Herr gebe uns Einsicht und Tatkraft, um das zu ändern, was geändert werden kann und muß; er gebe uns Gelassenheit, das hinzunehmen, was nicht geändert werden kann. Und er gebe uns vor allem die Weisheit, das eine vom anderen unterscheiden zu können.

Wer so lebt, wer sich und die Welt bejaht, und wer mit Klugheit und Gelassenheit, mit Tatkraft und Weisheit tätig ist und dabei mit den äußeren Gütern hinlänglich versehen ist, der, so können wir unsere Überlegungen zusammenfassend (und zugleich an Wittgensteins anfänglich zitierte Tagebucheintragung erinnernd) sagen, lebt glücklich in einer glücklichen Welt.

Das wünsche ich den Lesern dieses Textes, das wünsche ich mir, das wünsche ich uns allen.