



Glück und Freude

05.06.2012

Von Gerrit Mathis

Was Glück von der Freude unterscheidet

Glück ist ein flüchtiges Ding: Leise und sanft kommt es daher, man kann es nur erleben, beschreiben lässt es sich nicht. Wer Glück finden will, muss lernen, die Stille zu hören und das Nichts als ersten Schritt zur Erfüllung wahrzunehmen.

Was ist Glück? Die Frage dürfte beinahe so alt sein wie die Menschheit und wer dennoch keine Antwort darauf findet, muss sich nicht grämen: Die Philosophen von der Antike bis heute sind sich auch nicht einig geworden. Ist aber auch kein Unglück. Im Gegenteil: So sind wir freier, uns selbst Gedanken zu machen und schon Gedachtes weiterzudenken. Ist Glück nichts als die Abwesenheit von Unglück, wie die Anhänger des antiken Philosophen Epikur meinten? Oder bedeutet Glück, etwas bewusst in seiner Tiefe aktiv zu genießen, wie Aristippos von Kyrene dachte? Ist Glück ein Zustand oder nur ein Moment, den wir erfassen müssen? In einem sind sich die Philosophen im Wesentlichen einig: Glück ist

nichts Spektakuläres; es kommt sanft daher, zeigt sich in einem außergewöhnlichen Gleichgewicht unserer Seele, es blitzt auf, wenn wir tiefe Übereinstimmung mit anderem oder anderen empfinden. Glück kommt von außen, aber es lebt im Inneren.

Das unterscheidet Glück so deutlich von Freude, die unglücklich wird, wenn sie sich nicht mitteilen kann. Glück ist intimer, persönlicher, stiller. Ob es das Neugeborene ist, das ich im Kreißsaal zum ersten Mal im Arm wiege oder der Blick in die Weite eines stillen norwegischen Fjords in der Abendsonne oder ein Glas Rotwein und Mozart genießen. Aber so sehr wir Glückssituationen auch beschreiben können, in Worte fassen können wir Glück nicht. Denn das ist ein Wesenszug des Glücks: Es lässt sich nicht festhalten, nicht einmal in Worten. So unterschiedlich sich Glück für jeden darstellt, so ähnlich ist doch das Empfinden, das stille Erfülltsein, das tiefe Gefühl, dass alles wunderbar eins ist und wir uns für einen Moment jenseits von Raum und Zeit bewegen.

Das scheint mir ein wesentlicher Grund dafür zu sein, dass Glücksautoren wie Eckart von Hirschhausen derzeit so gefragt sind. Wir haben unser Glück verloren und brauchen Glückshebammen, weil Stille, Tiefe und Zeit haben auf der Strecke geblieben sind, weil Hektik unser Zeitempfinden diktiert und wir im Rausch von Effizienz, Präzision und Perfektion in unser Unglück rennen. Da können wir Glück weder finden noch empfinden.

Wer Glück finden will, muss sich Zeit nehmen und Zeit lassen, muss lernen, die Stille zu hören und das Nichts als ersten Schritt zur Erfüllung wahrzunehmen. Dann haben die Dinge unseres Lebens, die uns schon längst glücklich machen könnten, endlich die Chance, es auch zu tun. Mit den Worten Albert Schweitzers: »Viele Menschen wissen, dass sie unglücklich sind, aber noch mehr Menschen wissen nicht, dass sie glücklich sind.« Wir können unser Glück nicht machen, wir können uns nicht mit Glück belohnen. Wenn wir hart für etwas arbeiten und am Ende glücklich sind über das Gelingen, so ist es doch gerade das Moment des Nicht-in-der-Hand-habens, das dem Gelingen sein Wesen und seine Fähigkeit gibt, uns glücklich zu machen.

Gott gibt zu unserem Handeln Glück (1.Mose 39, 23), es liegt nicht in unserer Hand. Mit Worten aus dem Dschungelbuch: »Mit Gemütlichkeit kommt auch das Glück zu dir.« Es kommt zu uns, lässt sich aber nicht einfangen. Wir können ihm auf die Spur kommen, indem wir still auf das schauen, was uns geschenkt ist. Ob Baby, Fjord oder Rotwein.

Gerrit Mathis

Foto: [sxc.hu](https://www.sxc.hu) / cyan

© 2019 - Evangelisch-methodistische Kirche