

Glück

Zusammenfassung der Definition von Wilhelm Schmid, Philosoph

Quelle: Wilhelm Schmid, Glück – Alles was sie darüber wissen müssen, Insel TB (2007)

1) Das Zufallsglück

Ein Glück, das den Menschen unvermutet zufällt und günstig für sie ausfällt.

z.Bsp.: Lottogewinn

Schmid würde das Zufallsglück nicht als Schicksal bezeichnen. Er geht davon aus, dass wir aber mit einer positiven, erwartenden Haltung das Zufallsglück beeinflussen können, weil wir es nur so erkennen können. Schmid nennt das: „Das Schmetterlingsnetz bereit halten.“ Wer nie Lotto spielt, hat keine Aussichten auf einen Lottogewinn. Wer auf einen Zufall einer Begegnung, Erfahrung oder Information hoffe, tue gut daran, dies Anderen (zum Beispiel über Internet) mitzuteilen. Nur so könne man das Glück kitzeln, ihm eine Chance geben.

2) Das Wohlfühlglück

Im allgemeinen Streben nach Glück verstehen die Menschen darunter das Gefühl, dass es ihnen gut geht. Gesund sein, sich wohl fühlen, Spass haben, angenehme Erfahrungen machen, Lüste empfinden, Erfolg haben. Kurz: All das erleben, was als positiv gilt.

Das Wohlfühlglück erfahren wir in Glücksmomenten – und mit ein wenig Erfahrung kann ein Mensch seine Ingredienzien kennen und an ihrer Bereitschaft arbeiten, Tag für Tag. So ein Glücksmoment ist eine aromatisch duftende Tasse Kaffee, ein schöner Film, ein vertrautes Gespräch, Wellness oder ein Stück Schokolade.

Dieses Glück ist meist kurz, vergänglich und nie genau gleich wiederholbar. Den permanenten Glücksrausch gibt es nur um den Preis vollkommener Erschöpfung. Sinnvoll ist daher nicht die Maximierung, sondern die Optimierung, um das beste Mass zu finden. Das Glück in einer Art von Dauerlust zu suchen, erscheint laut Schmid sogar als der sicherste Weg, unglücklich zu werden.

Zwischen den Glücksmomenten gibt es „Flauten“ und „Auszeiten“ im tristen Alltag und in alltäglichen Zeiten, während bei Anderen das Leben „ein einziger Brüller“ zu sein scheint. Insbesondere die Schönen, Reichen und Berühmten scheinen das permanente Wohlfühlgefühl gepachtet zu haben. In Wahrheit entwickeln viele eine Meisterschaft darin, schlechte Zeiten vor fremden Augen zu verbergen, so gut es nur geht.

Die hohe Kunst des Lebens bedeutet also auch mit den gewöhnlichen Zeiten des Lebens zurecht zu kommen. Wir brauchen diese Kontrasterfahrung, die das Glück erst erfahrbar macht. Leidensdruck oder Schmerzen sind der Stachel, der immer aufs Neue zum Nachdenken über das gesamte Leben zwingt.

3) Das Glück der Fülle

Das Glück der Fülle umfasst immer auch die andere Seite, das Unangenehme, Schmerzliche und Negative, mit dem man zurechtzukommen hat. Es ist eine geistige Haltung zum Leben, die anerkennt, dass auch diese Seite in ein Menschenleben gehört. Denn das Leben fordert hartnäckig seine Polarität, die Gegensätzlichkeit und die Widersprüchlichkeit, die sich in allen Dingen und Erfahrungen zeigt.

Das Glück der Fülle ist umfassender und dauerhafter als alles Zufallsglück und Wohlfühlglück; es ist das philosophische Glück, nicht abhängig von günstigen oder ungünstigen Zufällen.

Es ist die immer aufs Neue zu findende Balance in allen Gegensätzlichkeiten des Lebens. Nicht nur Gelingen, sondern auch Misslingen; nicht nur Erfolg, sondern auch Misserfolg; nicht nur Lust, auch Schmerz; nicht nur Gesundheit, auch Krankheit. Nicht nur erfüllte, sondern auch leere Tage, die als langweilig empfunden werden. Denn hundert leere Tage sind laut Schmid vollkommen gerechtfertigt für einen einzigen mit überbordender Fülle.

Der Autor vergleicht es auch mit den Gezeiten, dem Hin- und Herfliessen des Meeres, dem Mitfliessen mit der Natur. Und er lädt ein zum Mitschwimmen im Strom des Lebens mit allen Wirklichkeiten und Möglichkeiten, zuweilen auch gegen den Strom, schon aus Übungsgründen, um ein guter Schwimmer zu bleiben.

Keines der genannten Glücke ist verzichtbar, das dritte Glück aber, ist das Einzige, das dauerhaft sein kann. Es ist eine Lebenshaltung, die alles einbezieht, was die Fülle des Lebens ausmacht. Eine heitere Gelassenheit, die weiss, dass Höhen und Tiefen sich abwechseln wie Tag und Nacht.

Das Glück der Fülle ist zuweilen erst in der Erinnerung erfahrbar, mit dem Blick aus der Distanz.

Das Glück des Unglücklichseins

Wilhelm Schmid empfiehlt im Leben auch der Melancholie einen gewissen Platz einzuräumen. Melancholie bewahrt in sich eine Ahnung davon, wie brüchig alles ist, was Menschen schaffen; wie nichtig die menschliche Existenz selbst sein kann und dass ihr der Boden jederzeit unter den Füßen weggezogen werden kann.

Sinnvolle Möglichkeiten, seiner Melancholie Raum zu geben sieht der Autor in regelmässigen Spaziergängen, beim Hören von Musik, im Tanz oder in der Beschäftigung mit bildender Kunst oder Dichtung. Oder in der Pflege eines Gartens, der auch hier mit dem zyklischen Werden und Vergehen von Natur die verschiedenen Zeiten symbolisiert.

Glück als Ersatzbegriff für Sinn

Wenn nach Glück gefragt wird, ist oft der Sinn gemeint. Es ist eher die Frage nach dem Sinn, die moderne Menschen beschäftigt. Man redet lieber über Glück, als über Sinn, denn Sinn scheint weniger greifbar. Wo aber Sinn erfahrbar wird, ist Glück die Folge. Und wer eine Fülle von Sinn erreicht, hat auch das Glück der Fülle gefunden.