

Dossier Rausch

Wie man das Glück sucht

Alltagsroutine und Leistungsdruck stimulieren unsere Sehnsucht nach Glück. Der Mensch schafft sich Paradiese, in denen er sich auszuleben versucht und aus denen es mitunter keinen Weg mehr zurück gibt.

Hans lud den Stein auf und ging mit vergnügtem Herzen weiter. Seine Augen leuchteten vor Freude. „Ich muss in einer Glückshaut geboren sein“, rief er aus, „alles was ich wünsche, trifft mir ein, wie einem Sonntagskind.“ So lautet eine Stelle in dem bekannten Volksmärchen „Hans im Glück“, das Jacob und Wilhelm Grimm niederschrieben.

Nach sieben Jahren Arbeit erhält Hans von seinem Dienstherrn einen Klumpen Gold, der so groß wie Hansens Kopf ist. Das Sonntagskind tauscht auf dem Weg zu seinem Elternhaus seinen Lohn gegen ein Pferd, eine Kuh, ein Schwein, eine Gans und zuletzt gegen zwei Schleifsteine, die er von einem Scherschleifer erwirbt.

Zur Last geworden, fallen sie Hans in den Brunnen, aus dem er trinkt. „Als er sie mit seinen Augen in die Tiefe hatte versinken sehen, sprang er vor Freuden auf, kniete dann nieder und dankte Gott mit Tränen in den Augen, dass er ihm auch diese Gnade noch erwiesen und von den schweren Steinen befreit hatte. So glücklich wie ich, rief er aus, gibt es keinen Menschen unter der Sonne“, schließt das Märchen.

Als die Postbedienstete Christine Hoflehner aus Klein-Reifling im Palace Hotel in Pontresina eintrifft, nimmt ihr Leben eine entscheidende Wende. Sie taucht in eine bisher nur erträumte Welt ein. Tante und Onkel verwandeln sie zunächst äußerlich.

Christine „atmet die schwülig weichen Duftwolken ein und lässt fremde geschickte Finger und süße Essenzen Haar und Hals überrieseln. Nur nicht die Augen auf tun, denkt sie. Vielleicht ist alles dann nicht wahr. Nur nicht fragen. Nur dies sonn-

tägliche Gefühl auskosten, einmal selbst zu ruhen, und statt andere zu bedienen, selbst bedient zu sein. Einmal die Hände wohligh in den Schoß sinken lassen, an sich, mit sich Gutes geschehen zu lassen und es herankommen lassen, nur tief sie auskosten, diese seltene Ohnmacht des lässig Zurückgelehntseins.“

Aus dem Mädchen vom Lande wird Christiane von Boolean. Sie erlebt intensive Glücksmomente. Dieser „Rausch der Verwandlung“ wird sie nicht mehr loslassen. Stefan Zweig hat dieses Romanfragment nicht beendet und lässt uns über ihr Schicksal mutmaßen. Christine wird süchtig nach dem von außen und durch einen Zufall initiierten neuen Leben; sie findet in ihr altes Leben im Postamt nicht mehr zurück.

Glück will man haben

Hans und Christine suchen und finden Glück. Sie hat Glück. Er ist glücklich. Sie ist bestrebt, auf jede erdenkliche Weise dieses wieder durch materielle und äußerliche Reize herzustellen, um ihrer Herkunft und Vergangenheit zu entfliehen. Er setzt all seinen redlich erworbenen Lohn aufs Spiel, um zu erkennen, dass der innere der größte Reichtum ist.

Die Geschichten von Hans und Christine sind Metaphern für Wege zu einer lang- und kurzfristigen höheren Erfüllung des Menschen. Sie liefern auch die Unterscheidung zwischen „Glück haben“ und „glücklich sein“.

Jonathan Haidt, Psychologie-Professor an der Universität von Virginia in den USA, bietet dazu zwei Hypothesen an: Glück rührt daher, dass man bekommt, was man haben möchte, lautet die eine. Glück kommt von innen und kann nicht dadurch erlangt werden, dass man die Welt



Foto: Photos.com

dazu bringt, den eigenen Wünschen zu entsprechen, lautet die andere. Er entwickelt daraus folgende Synthese: „Glück kommt von innen und von außen.“

Die Psychologie hat sich auf die Definition geeinigt, dass Glück „eine extrem starke positive Emotion und ein vollkommener, dauerhafter Zustand intensivster Zufriedenheit“ ist. Die Begriffswolke enthält außerdem das Empfinden absoluter Harmonie im Bewusstsein,

völliges Aufgehen im augenblicklichen Tun, eine positive Gefühlslage, Abwesenheit negativer Stimmung. Von dem Psychologen und Autor des Buchs *Wahre Freude*, Martin Seligman, stammen drei Theorien zum Glück.

Die hedonistische besagt, dass Glück eine Angelegenheit des individuellen Genusses ist. Glück ist eine Angelegenheit der Wünsche, die der Mensch hat, lautet die Theorie der Sehnsüchte. Und die Theorie der Lis-

te der Ziele besagt, dass Glück im Erreichen bestimmter Dinge aus einer Liste erstrebenswerter Ziele besteht.

Echtes Glück ist die Synthese der drei Theorien. Haidt formuliert es so: „Glücklichsein kommt von ‚dazwischen‘. Glück kann man nicht direkt finden, erwerben oder erreichen. Man muss zuerst die richtigen Bedingungen schaffen und dann warten.“

Fortsetzung auf Seite 18