

Sinn für Glück

Sense for Happiness – Meaning and Luck

Alfried Längle

Themenschwerpunkt Psychologie der Emotionen

Zusammenfassung

Nach einer einleitenden kurzen Reflexion über die Modernität von Glück als neoliberale Parallele unserer marktwirtschaftlichen Ordnung wird eine erste formale Beschreibung von Glück versucht und das etymologische Verständnis eingebracht. Dabei wird die Unterscheidung zwischen Glück haben und glücklich sein wichtig, weil unklare Vorstellungen von Glück eine bedeutende Quelle von Unglücklich-Sein darstellen. Wie Glück sich zu Zufriedenheit verhält und Freuds Ansicht zum Glück wird kurz referiert. Dies leitet über zu einer existentiellen Betrachtung des Glücklich-Seins, das mit dem Erleben von Erfüllung verbunden ist. Das macht deutlich: Glück ist letztlich Freude am Leben. Erfüllung und damit Glück verlangen den Einsatz der eigenen Existenz und persönliche Aktivität auf der Basis einer Entscheidung. Diese besteht im Handeln mit innerer Zustimmung, das damit zum tiefsten Grund des Glücklich-Seins wird. Die Grundbedingungen, um Zustimmung geben zu können, werden ausgeführt, und somit ein Instrument beschrieben, das eine Arbeit am Glücklichsein ermöglicht. Solcherart begründetes Glück erlaubt auch tiefe Glückserfahrung trotz bestehendem Leid. Dazu wird eine psychologische Forschung zitiert.

Abstract

After a short reflection on the modern position of happiness in life as a parallel to our neoliberal economic system, a first description of happiness is attempted and the etymologic understanding is being developed. The differentiation between being happy and having luck has to be made in the German language because there is only one word for both terms and because vague concepts of happiness form a remarkable source of unhappiness. A short reflection is given on the relation between happiness and satisfaction, as well as Freud's opinion about happiness in life. This leads to an existential consideration of being happy which is related with

the experience of fulfilment. It makes evident: happiness is ultimately joy of life. Fulfilment and hence happiness demand the investment of one's own existence and personal activity on the basis of a decision. It consists of the activity with an inner consent which represents the deepest basis for happiness. The fundamental conditions for being able to come to an inner consent in one's activity are explained and thus given an instrument which enables a personal contribution to one's happiness. Such well-founded happiness allows experiencing a basic happiness despite of suffering. Some psychological investigations on happiness are cited.

1. Eine kritische Vorbemerkung

Das Thema Glück spielt seit einigen Jahren eine größere Rolle im öffentlichen Diskurs und im Denken der Menschen. Jede Zeit hat ihre Themen – vielleicht kann man davon sprechen, dass im letzten Jahrhundert die Zufriedenheit als Ideal galt, die Eintracht im 19. Jahrhundert. In der Nachkriegszeit des 20. Jahrhunderts drehte sich die Suche besonders um den Sinn (Frankl 1982a, 86-107). Heute ist das Streben nach Glück und Wohlbefinden (Wellness) so stark, dass es vielfach sogar die stets beliebte Rolle des Erfolgs überstrahlt.

Wie kommt es, dass das Glückstreben sich so an die Spitze der Motivation schieben konnte? – Ein einleitender Gedanke dazu sei versucht, weil sich hier etwas von unserem Zeitgeist zeigen könnte, das von psychologischem Interesse ist. Wenn Glück zu den obersten Werten für so viele Menschen gehört, dann richten sie ihre Aufmerksamkeit weder auf das Transzendente noch auf das Soziale, sondern auf eine innerpsychische Befindlichkeit. Nicht zuletzt deshalb kam die Rede von einem neuen Biedermeier in unserer Zeit auf. Galt vor einer Generation der revolutionäre Aufbruch und die Solidarität mit dem Proletariat als erstrebenswert, so steht an dieser Stelle heute das private Glück. Es taucht wie