



Glück und Unglück

[von Petra Schicketanz]

Ob Goldwäscher, Mönch oder Gralsritter, die Suche nach dem Glück steckt wohl in jedem Menschen. Doch wer weiß, vielleicht stellen wir es nur völlig verkehrt an? Oder wir haben das Glück längst gepachtet und es bloß nicht bemerkt? Mit dem erfundenen Rededuell zweier Experten und einem Schuss Humor loten wir die (Un-)Tiefen dieses Themas aus.

Was tun wir nicht alles, um glücklich zu sein, schütteln dem Schornsteinfeger die Hand oder lassen im Chinarestaurant die Glückskekse knacken. Dabei sind es doch die Neurotransmitter, die in den 100 Milliarden Gehirnzellen die glückliche Botschaft übermitteln. Sie docken an ihren Rezeptoren an, triezen die Synapsen, und schon bringen ein paar Aktionspotenziale die Euphorie in Wallung. Doch leider ist der ultimativ glücklich machende Stoff noch nicht gefunden, der Partykönig ohne anschließenden Katzenjammer. Da sich schon seit Urzeiten die Philosophen mit dem Thema Glück auseinandersetzen, ist es auch für den Pharmazeuten keine

„Im Leben gibt es zwei Tragödien. Die eine ist die Nichterfüllung eines Herzenswunsches. Die andere ist seine Erfüllung.“ Georg Bernard Shaw.

Schande, sich aus der biochemischen Euphorieküche zu verabschieden und im gemütlichen Sessel bei den „Experten“ nachzuschlagen.

Auf den Spuren von Hector und Paul

François Lelord schickt in seinem Bestseller „Hectors Reise oder die Suche nach dem Glück“ den Psychiater Hector in die weite Welt, um herauszufinden, wie er seine Patienten glücklich machen kann. Nach zahlreichen Erlebnissen stellt Hector 20 Lektionen zusammen, die, wenn er einem berühmten Professor glauben darf, sämtliche Determinanten des Glücks darstellen.

Auf der Gegenseite steht Paul Watzlawicks hoch ironische „Anleitung zum Unglücklichsein“. Warum das Unglück überhaupt erstrebenswert ist, erklärt Watzlawick mit der Aufgabe des Sozialstaates, der alle Menschen sicher und „glücktriefend“ wissen will. So wird der Bürger in zunehmender Hilflosigkeit und wachsendem Unglück gehalten, damit er die steigenden Summen zu schätzen weiß, die jährlich ins Sozial- und Gesundheitswesen gepumpt werden. Würde der Bürger hingegen selbst die glückbringende Initiative ergreifen, brächen diese Monsterapparate



zusammen, und eine Massenarbeitslosigkeit wäre nur eine von vielen verheerenden Folgen. Aus diesem Grund fordert der Autor eine professionelle staatliche Lenkung zum Unglück, wofür er selbst das vorliegende Handbuch zusammengestellt hat.

Glück oder Unglück – packen wir es an!

Die beiden Autoren mögen mir die Dreistigkeit verzeihen, mit denen ich ihre Lektionen und Argumente in einem frei erfundenen Duell zwischen Glückssucher Hector und dem unverbesserlichen Pessimisten Paul aufeinander los schicke. Aber das Thema geht uns schließlich alle an.

Hector: Glück ist schwieriger in einem Land, das von schlechten Leuten regiert wird.

Paul: Das würde doch bedeuten, dass man nur dort unglücklich sein darf. Wir sollten uns vielmehr fragen, ob es unter den gegenwärtigen Weltzuständen (und die herrschen ja auf ihre Weise immer) erlaubt ist, überhaupt von Glück zu sprechen. Schließlich gibt es immer irgendwo auf der Welt Elend.

Hector: Glück ist, wenn man spürt, dass man den anderen nützlich ist.

Paul: Ach hören Sie doch auf. Hinter jeder guten Tat steckt doch stets ein Pferdefuß. Der eine will Sie nur in die Dankbarkeit



„Glück bedeutet für mich eine Momentaufnahme innerhalb einer Zufriedenheit. Und die zu erreichen, hat für mich Meer-Wert.“ Bernt Lüchtenborg

hineinzwingen, der andere erhofft sich, mit einer guten Tat eine Art Anzahlung auf sein himmlisches Sparkonto zu leisten.

Hector: Viele Leute sehen ihr Glück nur in der Zukunft.

Paul: Umso wichtiger ist es, an der Vergangenheit festzuhalten. Früher war alles besser! Deshalb sollten Sie sich auch nicht von einer kaputten, alten Beziehung abbringen lassen.

Hector: Glück ist, mit den Menschen zusammen zu sein, die man liebt.

Paul: Damit das auf keinen Fall so bleibt, kann ich Ihnen ein paar Patentrezepte geben. Unterstellen Sie beispielsweise Ihrer Partnerin negative Gefühle. Mit der hartnäckigen Frage „Warum bist du zornig?“ können Sie auch den liebevollsten Menschen mit der Zeit zum Toben bringen. Eleganter ist es allerdings, sie mit zwei Geschenken gleichzeitig zu beglücken. Bevorzugt sie das eine, gefällt ihr wohl das andere nicht. Freut sie sich hingegen gleichermaßen über beide, ist es ja doch egal, was Sie ihr schenken.

Wenn Sie ein Freund lockerer Scherze sind, dann lassen Sie doch einmal eine Bemerkung fallen, die man sowohl ernsthaft, als auch scherzhaft auffassen kann. Die Reaktion eröffnet Ihnen unglaubliches Streitpotenzial, denn Ihre Partnerin zeigt sich dadurch entweder als humorlos, oder sie zieht einfach alles ins Lächerliche.

Hector: Glück ist, wenn man dafür geliebt wird, wie man eben ist.

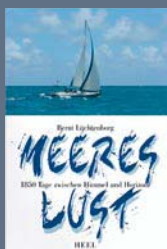
Paul: Oh nein, denn wer mich liebt, ist es nicht wert, von mir geliebt zu werden. Denn, ich bitte Sie! Mit dem, der mich liebt, kann doch etwas nicht stimmen.

TIPP

Bernt Lüchtenborg
Heel Verlag GmbH, Königswinter 2007
432 Seiten, € 22
ISBN 978-389880-796-8

Meereslust

Wer träumt nicht davon, den Alltag hinter sich zu lassen und in eine andere Welt zu tauchen? Bernt Lüchtenborg hat es durchgezogen, warf die Vernunft über Bord und begann, auf seiner Yacht im Hier und Jetzt zu leben. Heraus kamen dabei eine Weltumsegelung, fünf Jahre zwischen Himmel und Horizont und ein Buch, das vom Alltag an Bord berichtet, einem bei arktischen Unwettern die Kälteschauer über den Rücken jagt und die Unterschiede zwischen Angstschweiß und der Reaktion auf tropische Hitze lehrt. Dabei vermittelt der Autor wahrlich kein verklär-

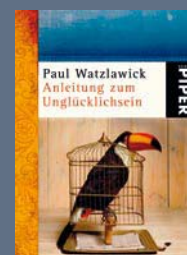


tes Bild von Freiheit, denn, so der O-Ton Lüchtenborgs: „Freiheit ohne Probleme ist eine Illusion. Was ich unter Freiheit verstehen gelernt habe, war, sich selbst zu erleben. Der Herausforderung begegnen ohne äußeren Zwang.“ PSZ

Paul Watzlawick
Piper Verlag GmbH, München 2007
144 Seiten, € 6
ISBN 978-3-492-24938-6

Anleitung zum Unglücklichsein

Watzlawick zäumt das Glückspferd von hinten auf und führt vor Augen, mit welchen gängigen Methoden wir das wahre Unglück heraufbeschwören. Herrlich ironisch! PSZ





Hector: Glück ist eine Sichtweise auf die Dinge.

Paul: Und daher sollten Sie Ihr Unglück durch Autosuggestion vertiefen. Hören Sie genau in sich hinein. Spüren Sie nicht das feine Summen im Ohr? Sind Sie ganz sicher, dass Sie

keine Kopfschmerzen haben? Sie haben doch nicht wirklich gut geschlafen?

Hector: Manchmal bedeutet Glück, etwas nicht zu begreifen.

Paul: Das wäre auf alle Fälle auch besser so. Denken Sie nur an die Worte Dostojewskis: „Alles ist gut ... Alles! Der Mensch ist unglücklich, weil er nicht weiß, dass er glücklich ist. [...] Wer das erkennt, der wird gleich glücklich sein, sofort, im selben Augenblick.“

Verlassen wir die beiden Streithammel an dieser Stelle. Mir haben sie zumindest einige Denkanstöße gegeben. Der Blick auf ein halbvolleres Glas ist mir persönlich lieber, als das Bewusstsein, dass es dabei auch halbleer ist. Ganz neue Horizonte hat mir neulich ein Interview eröffnet, das ich mit einem echten Abenteuerer führen durfte. Ob der sich als moderner Glücksritter versteht? Lesen Sie selbst.

➔ Interview

*Interview mit Bernt Lüchtenborg
Weltumsegler und Buchautor
www.auryn-sailing-adventures.de
www.sail2horizons.com*



DAS PTA MAGAZIN: *Geld, Haus, Macht und Statussymbole haben Sie hinter sich gelassen, um ohne große Segelkenntnisse mit einer 13-Meter-Yacht und unbestimmtem Ziel in See zu stechen. Wie unglücklich muss man sein, um so gegen die eigene Vernunft zu rebellieren? Oder war es die Suche nach dem großen Glück?*

Bernt Lüchtenborg: Ich war weder unglücklich, noch auf der Suche nach dem großen Glück. Im Gegenteil – ich hatte ja alles und doch fühlte ich mich leer. Aus einem geschenkten Segeltörn der für mich zum Carpe Diem wurde, folgte ich eher einer Neugier und der inneren Stimme, ein Stück vom Leben bewusster zu leben. Drei Monate hatte ich eingeplant. Dann verlor ich die Zeit und trieb fünf Jahre über die Ozeane und damit auch zu mir selbst. Weil mir im Unterwegssein auch klar wurde, wie wenig ich brauchte und nicht wie viel.

DAS PTA MAGAZIN: *Fünf Jahre lang waren Sie immer auf dem Weg zum Horizont, den Sie nie erreichten. Stattdessen haben Sie die Welt umsegelt. Was sagen Sie zu Hectors Lektion „Es ist ein Irrtum zu glauben, Glück wäre das Ziel.“?*

Lüchtenborg: Subjektiv betrachtet kann Glück nicht mein Ziel sein, weil es die begründete Aussicht auf neue Sorgen bereithält. Glück bedeutet für mich eine Momentaufnahme innerhalb einer Zufriedenheit. Und die zu erreichen, hat für mich Meer-Wert.

DAS PTA MAGAZIN: *Was kommt nach einer solchen Reise?*

Lüchtenborg: Ich lebe die Meereslust immer noch, indem ich das Buch geschrieben habe und in meiner Filmshow immer wieder in

Bilder, Emotionen und Begegnungen eintauche, die mich daran erinnern, dass ich in meiner Traum-Zeit eigentlich noch nicht wirklich angekommen bin.

Gleichwohl ist das physische Ende dieser Reise auch der Beginn einer neuen: Sail2horizons heißt mein Vorhaben, welches mich unter sportlichen Gesichtspunkten ab Sommer 2009 zweimal um die Welt treibt. Nonstop und allein. Das weltweit einzigartige Projekt wird zusätzlich von der wissenschaftlichen und der sozial, karitativen Säule getragen. Ich werde für das Leibnitz-Institut für Ostseeforschung in Warnemünde Daten liefern, für die Untersuchung menschlicher Einflüsse auf die Wasserqualität in den südlichen Weltmeeren und Veränderungen durch das Schmelzen von Eisbergen.

Aber Forschung ist nicht alles. So werde ich dem Kinderprojekt Sunshine4kids nicht nur während meiner Reise eine Plattform geben, sondern schon vor Reisebeginn Segelfreizeiten für Kids in Not realisieren. Mein Ziel ist es, interessierte Jugendliche aus den Heimen in die Natur zu führen und mit ihnen zu segeln. Dadurch können sie lernen, Verantwortung für sich und das Team, aber auch für die Umwelt zu übernehmen.

DAS PTA MAGAZIN: *Das sind große und wichtige Ziele, für die ich Ihnen viel Erfolg wünsche. Und natürlich noch ein paar finanzstarke Sponsoren, ohne die es sicher nicht geht. Würden Sie auch mit Hectors 19. Lektion übereinstimmen, „Sonne und Meer sind ein Glück für alle Menschen“?*

Lüchtenborg: Auf mich reflektiert bedeutet Hectors Aussage: Meine Reise brachte mich nicht nur an den Rand des Horizonts, sondern darüber hinaus und zugleich hinein in eine neue, phantastische Wirklichkeit, die mir das Meer schenkte.

DAS PTA MAGAZIN: *Einen schöneren Schluss hätte ich gar nicht finden können. Herzlichen Dank für das sehr persönliche Interview und für den großen Törn natürlich Mast- und Schottbruch und immer eine Handbreit Wasser unterm Kiel!*