

Prof. Dr. Christian Grimm

Glück in unglücklichen Zeiten- ein kleiner Blick in die Philosophie

PC/Reden/Zufriedenheit und Glück; dito D

Vorbemerkung

Seit Jahrhunderten ist der Mensch auf der Suche nach dem Glück. Zu keiner Zeit aber spielten Glück und Glücksstreben im Leben des einzelnen und in der Gesellschaft eine größere Rolle als in unserer Zeit. Eine ganze Glücksindustrie hat sich gebildet, die uns auf allen medialen Kanälen eine Steigerung unseres Glückes verspricht, wenn wir ihre Produkte kaufen oder konsumieren. Hinter diesen Versprechen steht oft eine sehr oberflächliche, geradezu primitive Auffassung von Glück. Und nicht zuletzt am Zustand unserer heutigen Gesellschaft wird deutlich, dass ein über Jahrzehnte gewachsener Wohlstand nicht notwendiger Weise zu mehr Glück führt. Erich Fromm schreibt dazu in *Haben oder Sein*: „Wir sind eine Gesellschaft notorisch unglücklicher Menschen: einsam, von Ängsten gequält, deprimiert, destruktiv, abhängig– jene Menschen, die froh sind, wenn es ihnen gelingt, jene Zeit „totzuschlagen“, die sie ständig einzusparen versuchen.“¹

Parallel zu geradezu infantilen Glücksversprechen gab und gibt es aber seit Jahrhunderten ernsthafte, wissenschaftliche Bemühungen, den Wesensgehalt des Glücks freizulegen. Die philosophische Ethik beschäftigt sich in der Regel auch mit Fragen nach dem Glück.

Ich will hier nur ganz kurz auf einige wegweisende philosophische Positionen hinweisen.

1. Aristoteles (384 -322 v. Chr.)

Er war einer der größten Philosophen des Abendlandes, ein Universalgenie, dem das gesamte Wissen seiner Zeit zu Gebote stand. Er verbrachte einen Großteil seines Lebens in Athen. Er war lange Jahre Schüler Platons, dessen Lehre er weiterentwickelte und von der er sich im Laufe seines Wirkens immer deutlicher entfernte. Er war auch politisch engagiert und hatte öffentlichen Einfluss u.a. als Lehrer und Berater Alexanders des Großen.

In der Geschichte der Ethik ist er bekannt durch seine „Tugendlehre“. Er geht davon aus, dass glücklich zu sein, „Ziel allen menschlichen Tuns“ sei. Und dieses Glück sei zu erreichen über ein tugendhaftes Leben. Tugendhaft handeln heißt bei ihm u.a. die rechte Mitte zu finden, also den Weg zwischen den Extremen.

¹ Haben oder Sein, 1976, 45.Aufl., München 2018, S.18.

Beispiele bei Aristoteles: Zwischen Tollkühnheit und Feigheit steht der Mut bzw. die Tapferkeit, zwischen Verschwendung und Geiz die Großzügigkeit und zwischen Wollust und Stumpfheit die Selbstbeherrschung.

Wegweiser auf diesem Wege ist die Vernunft. Unter ihrer Anleitung kann man lernen², ein tugendhaftes und damit verbunden, ein glückliches Leben zu führen.

2. Epikur (341 – 270 v.Chr.)

Einigkeit besteht mit Aristoteles insofern, als Glück auch für ihn als Ziel des menschlichen Lebens gilt. Unterschiede bestehen aber in der Frage, wie dieses Ziel zu erreichen sei, bzw. welche Voraussetzungen gegeben sein müssen, damit sich das Glück im Leben einstellt.

Zwei große Strömungen ziehen sich bis in die Gegenwart durch die philosophischen Diskurse:

Einerseits die Tugendlehre des Aristoteles, andererseits der Hedonismus, der das Glück in maximaler, vor allem körperlicher Lust und in der Vermeidung von Unlust sieht. Man unterscheidet dabei den radikalen Hedonismus des Aristippos (etwa 435 bis 355 v.Chr.) und den gemäßigten Hedonismus des Epikur.

Letzterer gilt als Hauptvertreter dieser gemäßigten Strömung. Dennoch wurde er schon zu Lebzeiten massiv angegriffen, zu Unrecht allerdings, da auch er für eine maßvolle Lebensführung plädiert. Er betonte immer wieder, dass ein Übermaß an Genuss zu Unlust führen kann. Im Übrigen spricht seine gesamte Lebensführung dagegen, ihn als primitiven Lüstling abzustempeln. Er hat immer wieder darauf hingewiesen, dass es höhere Genüsse gibt, als die körperliche Lust.

Mit Freunden erwarb er ein Anwesen auf dem Lande, baute dort Obst und Gemüse an und führte abseits der hektischen Stadt Athen, frei von beruflichen Abhängigkeiten, in einer Art Kommune, ein sehr bescheidenes Leben, verbunden mit Nachdenken und Diskutieren über die elementaren Fragen des Lebens.

Zum Glück gehören nach ihm – und das können wir auch als Zwischenergebnis festhalten –:

1. Freunde,

² Mittlerweile wird das Schulfach Glück an ca. 40 Schulen in Deutschland und an ca. 140 Schulen in Österreich gelehrt. Sicher eine wichtige Tendenz angesichts des extremen Gebrauchs von Handys, Computerspielen etc. bei Kindern und Jugendlichen! Auch an Hochschulen beschäftigt man sich mit dem Thema Glück, s. z.B. die Glücksforschung am Institut für Pädagogische Psychologie der TU Braunschweig. S. auch Ernst Fritz-Schubert, der als Vorreiter des Schulfaches Glück gilt, www.fritz-schubert-institut.de in Heidelberg. S. auch Jan Delhey, Soziologe und Glücksforscher an der Universität Bremen und Karlheinz Ruckriegel, TH Nürnberg.

2. Freiheit

3. Besinnung.

Die Idee, im Garten nachzudenken, fand großen Anklang in seinem Freundeskreis, der auch aus Dichtern und Schriftstellern bestand. Ihre Themen waren u.a. Sorgen um Geld, Krankheit, Tod und die Möglichkeit ihrer Überwindung.

3. Immanuel Kant (1724 – 1804)

Das Streben nach Glück ist für Kant nicht geeignet, eine allgemeingültige Ethik zu entwickeln. Zu individuell verschieden sind die Auffassungen von Glück.

(Manche empfinden z.B. Glück darin, andere zu quälen, so eines seiner Beispiele). Wahrhaft moralischen Wert haben nur Handlungen, wenn sie nicht aus Neigung, sondern aus Pflicht geschehen. Der Mensch ist ein soziales Wesen. Daraus folgt, dass er nicht nur Rechte, sondern auch Pflichten hat. Aus diesem Gedanken heraus formuliert er den berühmten *kategorischen Imperativ*: Handle so, dass die Maxime deines Willens jederzeit für ein allgemeines Gesetz tauglich wäre. Nur dieses Handeln aus Pflicht (sich selbst und dem Nächsten gegenüber) ist wahrhaft moralisch und kann zu einem gelingenden Leben und zu „Selbstzufriedenheit“ führen.

Im Ergebnis setzt Kant also der Tugendethik eine Pflichtethik entgegen.

4. Arthur Schopenhauer (1788 – 1860), der große Pessimist!

Hat man seine Philosophie persönlich, innerlich angenommen, kann das meines Erachtens zu einer gewissen Gelassenheit und Ruhe führen.

Für ihn ist Glücksstreben ein „angeborener Irrtum“⁴. Der Grundtenor des Lebens ist das Leiden.

Anzustreben ist die „Ataraxie“, also die Unerschütterlichkeit, die Seelenruhe, nicht das „jubilnde Glück“.

Eine schöne Formulierung findet sich auch bei Utilitaristen (s. unten), die auch betonen, dass diese Form von Glück vorübergehender Natur ist: „Der Zustand der Überschwenglichkeit hält höchstens einige Augenblicke, in einigen Fällen mit Unterbrechungen– auch Stunden und Tage an; er ist das gelegentlich helle Aufblühen der Flamme, nicht die beständige und fortdauernde Glut“⁵

In seinem Hauptwerk, *Die Welt als Wille und Vorstellung* schreibt

Schopenhauer: „So auch ist jede lebhaftere Freude ein Irrthum, ein Wahn, weil kein erreichter Wunsch dauernd befriedigen kann, auch weil jeder Besitz und

³ Kategorisch, d.h. vom Einzelfall unabhängig!

⁴ In: *Die Welt als Wille und Vorstellung*, Zürich 1988, Band I, Viertes Buch § 58.

⁵ J. St. Mill, *Das Prinzip des höchsten Glücks*, in S. Michel, *Glück*, Frankfurt/Main 2010, S. 123.

jedes Glück nur vom Zufall auf unbestimmte Zeit geliehen ist, und daher in der nächsten Stunde wieder zurückgefordert werden kann.“⁶

Zum Schmerz schreibt er: „Man (gemeint die Stoa) sah ein, dass die Entbehrung, das Leiden nicht unmittelbar und notwendig hervorging aus dem Nicht-haben; sondern erst aus dem Haben-wollen. (Vgl. dazu Erich Fromms berühmtes Werk *Haben oder Sein* ⁷, dem man entnehmen kann, dass das Unglück in der Welt, gerade in unserer aktuellen Gesamtsituation, im Endeffekt auf das Haben- wollen zurückgeführt werden kann).

Glück, so Schopenhauer, ist immer nur negativ und durchaus nicht positiv. „Unmittelbar gegeben ist uns immer nur der Mangel, d.h. der Schmerz.“⁸

Um seine Philosophie genauer zu erklären, ist ein kurzer Rückgriff auf Immanuel Kant hilfreich. Dessen Position ist folgende:

Auf Grund unserer beschränkten Erkenntniswerkzeuge erkennen wir stets nur einen Ausschnitt, einen Teil der Wirklichkeit. Die Welt an sich, oder wie er immer wieder formuliert, das „Ding an sich“, bleibt uns verborgen. Wir erkennen immer nur die Oberfläche der Dinge. Zu ihrem innersten Wesen dringen wir nicht vor.

Schopenhauer dagegen glaubt, das „Ding an sich“, erkannt zu haben. Es ist das, was in allen Dingen steckt, es ist der Wille zum Leben. Bei Mensch, Tier und Pflanze ist das ohne weiteres ersichtlich. Aber selbst in unbelebten Dingen wirkt der „Wille“, zu bestehen. Das zeigt sich in der atomaren Struktur, die das Ding, z.B. einen Stein, vor dem Zerfall bewahrt.

Der Wille gilt Schopenhauer letztlich als Wurzel allen Übels. Daraus ergibt sich seine Nähe zum Buddhismus, der ein Absterben des Willens als Lebensaufgabe sieht. Auf diese Weise schlägt Schopenhauer, nicht ohne stolz darauf zu sein, als erster Philosoph die Brücke von der westlichen Philosophie zum Buddhismus. Er bezeichnet sich und seine Anhänger mehrfach als „Buddhaisten“

⁶ Die Welt als Wille und Vorstellung, wie Fußn.4, Bd. I, S.138.

⁷ Wie Fußnote 5, S. 137. Vgl. dazu die berühmte Schrift von Erich Fromm, Wenn ich immer nur auf das Haben fixiert bin, kann ich nie zufrieden sein, „denn meine Wünsche sind endlos“, in: *Haben oder Sein*, S. 19.

⁸ Wie Fußnote 4, S. 416.

Noch eine Bemerkung zum Glücksstreben, sei hier eingefügt: Gerade bei großen Denkern, bei genialen Musikern, bei kreativen Menschen wird ersichtlich, dass es ihnen in erster Linie nicht um die Erreichung des Glücks geht, sondern um die Verwirklichung ihrer kreativen Aufgaben. Glück wird gerne mitgenommen, aber Ziel des Lebens ist es nicht.

4. Utilitarismus/Marxismus. Jeremy Bentham (1748 bis 1832) u.a.

Jeder Mensch hat ein Recht auf Glück, unabhängig davon, was er unter Glück versteht. Glück ist also subjektiv. Als soziales Wesen hat der Mensch aber auf andere zu achten. Er darf sein Glück nur ausleben, soweit er andere nicht ungebührlich einschränkt und belastet. (So steht es im übrigen auch in unserem Grundgesetz, s. Art. 2 Abs. 1 GG.)

Der wesentliche Gehalt des Utilitarismus: Die „Norm des Utilitarismus ist nicht das größte Glück des Handelnden selbst, sondern das größte Glück insgesamt;“⁹ Anzustreben ist daher das größte Glück der größten Zahl. Hier entsteht eine Gesellschaftstheorie, weiter entwickelt im Marxismus.

5. Claus Eurich (Jahrgang 1950)

Er war Professor am Institut für Journalistik an der TU Dortmund. Er arbeitet heute als Kontemplationslehrer, ist Verfasser zahlreicher philosophischer und meditativer Bücher.

Je intensiver man sich mit dem Begriff des Glücks auseinandersetzt, umso klarer wird, dass es keine befriedigende Definition im klassischen Sinne (genus proximum und differentia specifica) geben kann, bzw. dass sie das breitgefächerte Wesen des Glücks nur unzureichend erfasst.

Deshalb seien hier einige wichtige Elemente des Glücks aufgezählt, wie sie bei Claus Eurich dargestellt werden¹⁰.

Er ist der Auffassung, dass das Glück, er spricht von „Glückseligkeit“, im Wesensgrund eines jeden Menschen als prinzipielle Möglichkeit ruht. Auf das Individuum bezogen, hat er somit ein positives und optimistisches Menschenbild. Was die Menschheit als Ganzes betrifft, da ist er eher skeptisch. Im Abschnitt *Die Schönheit kann uns retten* schreibt er von der ahnenden Gewissheit, „dass die menschliche Geschichte ein baldiges Ende haben könnte oder zumindest tiefste Brüche erlebt.“¹¹

Der Weg, um zur Glückseligkeit zu gelangen, ist allerdings nicht einfach. Es bedarf nach seiner Auffassung

⁹ Wie Fußn. 5, S.122.

¹⁰ Claus Eurich, Endlichkeit und Versöhnung, München 2022.

¹¹ Wie Fußn. 10, S. 145.

- einer Stimmigkeit mit sich selbst.
Hier taucht die Frage auf: Wer bin ich für mich selbst. Was ist meine Identität? Welches Bild habe ich von mir entworfen. Welche Ziele waren realisierbar, welche zu hochgesteckt. Dabei ist es wichtig, die eigene Identität nicht absolut zu setzen, sondern das Eingebundensein in Familie und gesellschaftliche Strukturen einzubeziehen. Wichtig ist es auch, sich dem Fluss des Lebens nicht zu entziehen. Nicht zu verhärten, nicht (im Alter) zu verbittern.
- Anzustreben ist ein Ruhem in sich. Besonders schwierig ist dies in unserer Zeit, in der permanent Fremdes auf uns eindringt über klassische und soziale Medien, Handy, Werbung etc.
- Ablegen von quälenden Gedanken. Hilfreich ist in diesem Zusammenhang, zu erkennen, was ich ändern kann und was sich meinen Möglichkeiten entzieht.
- Empfinden des Einsseins mit dem Ganzen

Wer diese Glücksmomente erlebt hat, man könnte auch sagen, sich erarbeitet hat, weiß – so seine poetische Formulierung- um „das Land hinter der Sorge“¹² und kann kontemplativ Schauen, ohne dabei die grundlegende Zustimmung zur Welt zu verlieren, ohne dabei in eine Parallelwelt zu fliehen, wie etwa beim Konsumieren von Drogen.¹³

Wie andere Philosophen weist auch er darauf hin, dass Glück selten ein dauerhafter Zustand, sondern eher eine Momentanerfahrung darstellt.

6. Wilhelm Schmid (Jahrgang 1953)

lebt in Berlin. Als sein Hauptwerk gilt die „Grundlegung zu einer Philosophie der Lebenskunst“ (1997). Er war u.a. apl. Professor in Erfurt.

Um eine gewisse Struktur im Meer der Meinungen zu finden, schlägt er vor, folgende Kategorien einzuführen¹⁴:

1. Das Zufallsglück (z.B. ein 6 er im Lotto)

2. Das Wohlfühlglück (wohl die häufigste Empfindung von Glück, z.B. nach erfolgreichem Abschluss einer größeren wissenschaftlichen Arbeit; oder ein Bad im abendlichen See nach anstrengendem Sport oder das Wohlgefühl nach einem guten Essen, einem guten Glas Wein usw.)

¹² Wie Fußnote 10, S.161.

¹³ Wie Fußnote 10, S.162.

¹⁴ Wilhelm Schmid, Glück ist erfülltes Leben, in: S. Michel (Hrsg.), wie Fußn. 5, S. 205 ff. mit weiteren Literaturhinweisen.

3. Das Glück der Fülle

„es ist das eigentlich philosophische Glück, nicht abhängig von bloßen Zufällen und momentanen Empfindungen, vielmehr eine immer aufs neue zu findende Balance in aller Polarität des Lebens“.

Zum Glück der Fülle gehört auch das Einbeziehen von Schmerz und Leid. Dies müsste man erst anerkennen und dann in unsere oberflächliche Lebensart wieder integrieren. Und vielleicht entsteht diese Art von Glück erst in späten Jahren und, wenn man Frieden gemacht hat mit all den Niederlagen seines Lebens, wenn man erkannt hat, dass es keine Niederlagen gewesen waren, sondern Brücken auf dem Weg zu sich selbst. (Vgl. hierzu Eurich, wie Fußn. 10, S. 81).

Ich persönlich möchte noch eine 4. Kategorie in die Systematik des Glücks aufnehmen, nämlich

4. Das metaphysische Glück

Es zeigt sich im Aufgehen in der Einheit der Welt. z.B. im Betrachten einer Blume, ohne die verstandesgeleitete, begriffliche Trennung. Östliche Weisheitslehrer meinen, die Trennung von Ich und Welt sei der größte Irrtum der abendländischen Philosophie¹⁵ mit all den negativen Folgen bis hin zur Weltmissachtung und Weltvernichtung.

© Christian Grimm 2023

¹⁵ René Descartes (1596 – 1650) wird hier oft als Urheber des Trennungsgedankens genannt.