

## **-Dem Glück auf der Spur -**

Als unser junges Redaktionsteam der Kinder- und Familienhilfen in Michaelshoven die Möglichkeit bekommen hat, einen Artikel zum Thema Glück zu schreiben, waren wir zunächst sehr erfreut. Zugleich stellte sich aber auch schnell heraus, wie schwierig dies, im Gegensatz zu unseren bisherigen Artikeln über zum Beispiel einen „Tatort-Dreh“ oder einen Besuch bei einem „Fußball-Europapokalspiel“, werden wird.

Nach ersten gemeinsam geteilten Gedanken, was Glück überhaupt bedeutet und ist, mussten wir schnell feststellen, dass es keine allgemeingültige Definition dazu gibt und sich das Glück nicht so leicht packen lässt.

Dann nach kurzer, etwas verkrampfter, Zeit vor dem PC in unserem, als Redaktion genutzten Kellerraum, hat uns das sommerliche Wetter dazu inspiriert, uns draußen unter andere Menschen zu begeben, um dort dem Glück etwas mehr auf die Spur zu kommen und die Menschen einfach einmal zu fragen, was Glück für sie bedeutet.

Wir trafen unterschiedlichste Menschen, die unseren Fragen zwar überrascht, aber dennoch offen begegneten. Allen fiel zum Thema spontan Anderes ein und es entwickelten sich kurze und interessante Gespräche rund um die Themen Gesundheit, Erfolg, Wetter, Freundschaft, Beruf, Seele und Sinn und die Welt bzw. das Leben im Allgemeinen.

Weil man diese „Allerweltsthemen“ und unsere Eindrücke nicht in diesen Schlagworten erfassen kann, möchten wir Ihnen nun die Gelegenheit geben, einen kleinen und persönlicheren Eindruck zu unseren Interviews zu bekommen und lassen Sie ein Stück weit teilhaben, an unseren Begegnungen und Gesprächen, indem wir das, was die Menschen uns erzählt haben hier über Zitate und Bilder darstellen.

„Glück ist Erfolg zu erleben.“

(Robert S.- Mitarbeiter Diakonie Michaelshoven)

„Glück ist für mich gesund zu sein.“

(Sissy Ö. - Anwohnerin)

„Mit einem Freund bei schönem Wetter unter einem Baum zu sitzen, ist für mich Glück“

(Sven C. - Umschüler Berufsförderungswerk)

„Glück ist für mich, wenn man nach fünf Jahren Kampf einen Platz für eine Umschulung bekommt.“

(Patrick D. - Umschüler Berufsförderungswerk)

„Glück ist für mich Sonne im Herzen und Leuchten in den Augen zu tragen.“

(anonyme Spaziergängerin)

„Ich bin glücklich, wenn das Wetter schön ist.“

(Leonie S. – Bewohnerin Thomashaus)

„Glück bedeutet für mich, einen Sinn im Leben zu haben.“

(Lynn R. – Mitarbeiterin Diakonie Michaelshoven)

„Für mich kann der Moment Glück sein, in dem ich die Sonne auf dem Rhein glitzern sehe, dabei Musik höre und an das denke, was gerade alles in meinem Leben passiert. An Schönes und weniger Schönes“

(Matthias B. - Mitarbeiter Diakonie Michaelshoven)

„Ich bin glücklich, wenn meine Liebsten gesund sind und das Leben unkompliziert ist.“

(Annette D. - Mitarbeiterin Diakonie Michaelshoven)

„Freunde zu haben, bedeutet für mich Glück“

(Uta K. - Mitarbeiterin Diakonie Michaelshoven)

Nach den anregenden Gesprächen mit Menschen aus unserer alltäglichen Welt, dachten wir, wir wären nun dem Glück ganz dicht auf den Fersen und hatten das Bedürfnis, das Erlebte und Gehörte unter uns noch einmal Revue passieren zu lassen. Angekommen in unserer „Redaktion“ und nach einiger Zeit des Austauschs, mussten wir feststellen, dass das Glück sich doch nicht so leicht erfassen lässt und das die Spur des Glücks für unseren Blick wieder ein wenig zu verblassen schien.

So kamen wir auf die Idee, die Tatsache zu nutzen, dass sich bereits seit Jahrtausenden die Menschen Gedanken über das Thema „Glück“ machen. Wir wurden neugierig, was in dieser Zeitspanne für interessante Beiträge dazu entstanden sind. Deshalb durchsuchten wir unterschiedliche Quellen, um herauszufinden was zum Beispiel Theologen, Dichter, Philosophen, Schriftsteller und Wissenschaftler dazu zusammengetragen haben, um eventuell für uns noch ein Stück weit deutlicher zu bekommen, was das „Glück“ ausmacht und um so die Spur wieder aufzunehmen.

Die schönsten und für uns anregensten dieser Versuche sich dem „Glück“ und dem was es bedeutet zu nähern, wollen wir Ihnen, lieber Leser, hier in unkommentierter Form zum Nachdenken und Genießen mit auf den Weg zu geben. Wir hatten beim Recherchieren und Schreiben dazu erhebliche Probleme uns für bestimmte Menschen und Zitate zu entscheiden bzw. andere wegzulassen, was es uns auch noch einmal deutlicher machte, wie vielfältig Glück doch ist und wie viel unterschiedliche Wege es gibt, sich dem Kern dieser von uns allen angestrebten Gefühlslage zu nähern.

Es ist uns aber letztlich, mit viel Überwindung, doch gelungen uns für folgende Gedanken von Personen aus der Zeitgeschichte zu entscheiden. Verweilen Sie doch beim Lesen immer mal wieder, lassen Sie sie einen Augenblick wirken und entscheiden Sie für sich selbst, welches dieser Zitate, das für Sie am treffendsten und bedeutsamsten ist.

**„Es gibt keinen Weg zum Glück. Glücklich sein ist der Weg.“** (Siddhartha Gautama Buddha, Begründer der Buddhismus, 6. Jhd. v. Chr. – 5. Jhd. v. Chr.)

**„Glaube an dein Glück, so wirst du es erlangen.“** (Ali ibn Abu-Talib, Vetter und Schwiegersohn des Propheten Mohammed, um 600 – 661)

**"Freue dich, wenn du einen Glückstag hast. Und wenn du einen Unglückstag hast, dann denke daran: Gott schickt dir beide und du weißt nicht, was als Nächstes kommt."**  
(Kohélet 7, 14)

**„Ein langes Glück verliert schon allein durch seine Dauer.“** (Georg Christoph Lichtenberg, deutscher Physiker und Aphoristiker, 1742 – 1799)

**„Glück hängt nicht davon ab, wer Du bist, oder was Du hast, es hängt nur davon ab was Du denkst“** (Dale Carnegie, US-amerikanischer Kommunikations- und Motivationstrainer im Bereich des Positiven Denkens. (1888 – 1955)

**„Es gibt nur ein Mittel, sich wohl zu fühlen: Man muss lernen, mit dem Gegebenen zufrieden zu sein und nicht immer das verlangen, was gerade fehlt.“** (Theodor Fontane, deutscher Schriftsteller, 1819 – 1898)

Nach dem Auseinandersetzen mit den unterschiedlichen Kommentaren von berühmten Personen, aus den verschiedensten Umfeldern und Zeitepochen zum Thema Glück, wollten wir uns nun unbedingt, auch noch mal in aller Ruhe selbst Gedanken zu diesem Thema machen und diese aufschreiben. Auch daran möchten wir Sie, lieber Leser nun ebenso teilhaben lassen.

**„Was ist Glück?“, fragten sich im Stillen aus unserem Redaktionsteam...**

### **Amina Zarawi :**

*„Jeder sehnt sich danach, jeder sucht es. Meist ein Leben lang. Und leider oft auch vergeblich. Den Höhepunkt der Gefühle, die Vollkommenheit. Das Glück.“*

*Doch wie definiert man Glück? Ist es ein Gefühl? Ist es ein Zustand? Ist es greifbar? Wie findet man es? Und wo? So viele Menschen begeben sich mit diesen Fragen krampfhaft auf die Suche nach diesem Hochgefühl.*

*Meiner Meinung nach ist Glück eine Einstellung. Und diese Einstellung beeinflusst, wie man Dinge im Leben wahrnimmt. Das Talent, mit den aktuellen Gegebenheiten zufrieden zu sein. Das Beste aus jedem Moment herauszuholen und die Menschen, die einem umgeben, zu schätzen. Viele Menschen sehen die Liebe als wichtigste Voraussetzung für Glück. Andere wiederum die Gesundheit. Und wieder andere meinen, dass man Glück im Reichtum und im Erfolg findet. Wahrscheinlich ist Glück so vielfältig, wie auch die Menschen es sind. Doch nicht jedes Glück ist echt. Menschen, die Glück sehr nötig haben, suchen es sich oft in materiellen Sachen, oder in Dingen die einen selbst in einen künstlichen Zustand des Glücks versetzen wie z.B. in Drogen.“*

### **und Anna-Lena Schmitz:**

*„Was ist oder bedeutet Glück? Wie fühlt sich Glück an? Wann ist etwas Glück?“*

*Viele Fragen die fast immer unterschiedlich beantwortet werden. Für manche ist Glück, wenn sie gewinnen, für Andere, wenn sie Jemanden sehen und wieder für Andere, wenn sie an einem schönen Ort sind. Ein Zitat sagt: "In uns selbst liegen die Sterne unseres Glücks". Heinrich Heine hat das gesagt. Ich finde, es stimmt, was er meint. Wir selber entscheiden, was Glück für uns ist. Niemand weiß, was Glück genau ist. Deshalb gibt es auch so viele unterschiedliche Ansichten zum diesem Thema. Manchmal hat man Glück, ohne es zu merken, weshalb viele Menschen sagen, dass sie heute kein Glück hatten. Glück fällt einem nicht einfach auf den Kopf, aber krampfhaft suchen musst du es auch nicht. Es kommt langsam angeschlichen, ohne dass du es merkst.“*

Als wir kurz vor der Beendigung der Arbeit an diesem Artikel über Wochen standen, waren wir beim Lesen sehr froh und auch überaus stolz auf unser Ergebnis. Wir fragten uns natürlich, wie nun das Fazit dazu aussieht, was Glück bedeutet, ob wir dem Glück wirklich auf der Spur waren und was wir Ihnen, lieber Leser zum Abschluss noch mit auf den Weg geben könnten.

Für uns stand schnell fest, dass wir auf unserer „Suche“ nach dem Glück immer dann am weitesten davon entfernt waren, wenn wir es unbedingt greifen und festhalten wollten. Auch darüber, dass man kaum glücklich sein kann, wenn man sich nur auf augenscheinlich positive Dinge konzentriert, waren wir uns einig. Es lohnt sich unserer Meinung nach im Leben, bei all seiner erzwungenen Schnelligkeit, so oft wie möglich inne zu halten und alle Dinge so bewusst, wie möglich zu erleben und zu tun.

Wir schlossen die Arbeit an diesem Artikel damit, uns genau das vorzunehmen und dabei die Menschen um uns herum, so oft es nur irgendwie geht mit einem Lächeln zu erfreuen. Allein der Gedanke, dass uns das vielleicht gelingen könnte, hat uns überaus glücklich gemacht.

Was wir Ihnen, lieber Leser, neben diesem unserem eigenen Vorhaben, zum Abschluss noch mit auf den Weg geben wollen, ist ein Text von William Shakespeare und ein Musikstück des Musikers „Maxim“, zu dem wir Ihnen hier einen Link präsentieren und Sie einladen möchten sich dieses Stück über das „Glück“ einmal anzuhören.

Von Beidem hoffen wir, dass es Sie beim Lesen und Hören genauso nachdenklich, so achtsam was die zentralen Dinge in unserem Leben betrifft und auch glücklich macht, wie uns...

**Ich fühle mich glücklich. Weißt du warum? Weil ich nichts erwarte, denn warten und hoffen ist immer schmerzhaft. Alle Probleme haben einen Sinn und eine Bedeutung. Wir werden immer Menschen treffen, denen wir egal sind, auch wenn sie sagen wir wären wichtig. Es ist wichtig stark zu sein, denn nach jedem Dunkel und Fallen im Leben kommen auch wirklich gute Dinge. Es existieren keine schlechten Dinge. Sei immer glücklich und lache. Erinnerung dich, lebe für dich. Denke daran, atme. Bevor du redest, höre zu. Bevor du schreibst, überlege. Bevor du antwortest, höre zu. Bevor du stirbst, lebe. Bevor du etwas tust, beobachte. Eine schöne Beziehung, ist nicht die mit der perfekten Person, sondern mit der Person, mit der du lernst zu leben. Mit seinen Fehlern, achte sie. Sonst wirst du irgendwann bereuen, sie verloren zu haben. Und es wird wehtun. Wenn du glücklich sein willst, lebe glücklich. Achte auf die guten Menschen um dich, denn du bist einer von ihnen. Erinnerung dich. Wenn du es am wenigsten erwartest, wird es jemanden geben, der dein Leben schöner macht. Zerstöre niemals deine Persönlichkeit für Menschen, die nur vorübergehend da sind. Eine starke Person versucht ihr Leben in Ordnung zu lassen. Auch mit Tränen in den Augen stellt sie sich auf und sagt mit einem Lächeln: „Es geht mir gut.“**

(William Shakespeare, englischer Dramatiker, 1564 – 1616)

„Maxim-Rückspiegel“ - <https://www.youtube.com/watch?v=sofuMQj1AFU>

**Dieser Artikel wurde verfasst von:**

- Amina Zarawi (WG-Im alten Pfarrhaus)
- Anna-Lena Schmitz (WG-Zora)
- Sarah Franzen (WG-Regenbogen)
- Matthias Bathen (Heilpädagogische Tagesförderung)