

Essay zur Frage, ist jeder für sein Glück selbst verantwortlich? - von Leann Zimmermann

Glück, was ist das überhaupt?

Jeder kennt das Gefühl, glücklich zu sein, sei es aufgrund einer guten Note in der Schule, einem schönen Tag mit der Familie oder einer tollen Neuigkeit bzw. Nachricht. Ich bin mir sicher, dass jeder von euch schon sehr oft ein Gefühl in seinem Leben verspürte, das er für sich selbst als „Glück“ definierte. Doch was ist Glück wirklich und vor allem ist man für sein eigenes Glück selbst verantwortlich?

Inwiefern können wir unser Glück selbst steuern?

Eine Statistik für das Jahr 2020 zeigt, dass der Glücksindex in Deutschland bei 6,7 von 10 Indexpunkten und in Togo bei dem Glücksindex 2,8 von 10 liegt.

Wäre dies wirklich der Fall, wenn wir selbst für unser Glück verantwortlich wären? Müssten dann nicht eigentlich viel mehr Menschen glücklich sein?

Mit dieser Art von Fragen habe ich mich in letzter Zeit sehr oft sowie ausführlich auseinandergesetzt und möchte euch deshalb auf meiner Reise zur Beantwortung dieser Fragen mitnehmen.

Um sich darüber Gedanken zu machen bzw. andere Gedankengänge nachvollziehen zu können, müssen wir uns erst darüber klar werden, was Glück überhaupt ist.

Wenn ich euch jetzt fragen würde, wie ihr Glück definiert, würden wahrscheinlich ganz viele unterschiedliche Antworten und Definitionen entstehen. Dies liegt ganz einfach daran, dass es viele unterschiedliche Arten von Glück gibt und für jeden Einzelnen Glück etwas anderes bedeutet.

Trotzdem kann man diese meiner Meinung nach in zwei Oberkategorien einteilen.

Auf der einen Seite gibt es das „kurzfristige Glück“, was bestimmt jeder von uns schon sehr oft erleben durfte.

Dies sind die schönen Glücksmomente. Gestern hatte ich beispielsweise einen super schönen Abend mit meinen Freunden und mir war klar, dies war für mich persönlich ein „Glücksmoment“.

Es können aber auch Kleinigkeiten sein, deine Lieblingsfußballmannschaft hat ein Spiel gewonnen oder dein Liebster/ deine Liebste überrascht dich mit einem schönen Blumenstrauß. All das sind Dinge, die glücklich machen oder Glücksgefühle auslösen.

Auf der anderen Seite gibt es noch das „langfristige Glück“, also die allgemeine Zufriedenheit im Leben. Natürlich gibt es auch bei Menschen, welche mit ihrem Leben allgemein zufrieden sind, unglückliche Momente oder Phasen, aber im Großen und Ganzen führen sie ein zufriedenes Leben.

Rückblickend auf die zwei Oberkategorien, kann man diese auch noch einmal in drei Unterkategorien gliedern. Erstens das Zufallsglück, das Glück, was uns „zufällt“. Zum Beispiel bin ich heute Morgen, als ich mit meinem Hund spazieren war, rechtzeitig vor dem Sturm nach Hause gekommen und war somit im Trockenen, bevor das Unwetter begann. All das sind Kleinigkeiten, die aber meiner Meinung nach trotzdem als Glück zählen.

Als zweite Kategorie gibt es das Glück, welches von innen erlebt wird, beispielsweise eine allgemeine Zufriedenheit.

Als dritte und letzte Kategorie, das von uns erstrebte oder erworbene Glück, wie unsere Karriere oder unser schulischer Erfolg. Gestern habe ich zum Beispiel meine gewünschte Punktzahl in einer Klausur zurückbekommen, was mich natürlich sehr gefreut hat.

So, jetzt wissen wir, wie wir Glück als solches definieren, und können uns nun mit der eigentlichen Frage beschäftigen, ob und inwiefern wir für unser eigenes Glück verantwortlich sind und ob wir es steuern können.

Aristoteles behauptete in seiner Glückstheorie, jeder könne glücklich sein bzw. sich dem Glück annähern, wenn man durch gezieltes Handeln und Arbeiten einen positiven Zweck bewirkt, jedoch nicht nur für sich selbst, sondern auch für die Gesellschaft. Das heißt, man soll die eine Tätigkeit, die man am besten kann, jederzeit ausüben.

Im Großen und Ganzen sagt er, Glück sei ein schwer zu erreichendes Gut, wofür man sich sehr anstrengen muss. Wenn man nur dies hört, denkt man, er war der Meinung, wir seien für unser eigenes Glück selbst verantwortlich, jedoch erklärt er auch, dass man das Glück nur erreichen könne, wenn die Möglichkeit gegeben ist, seine eigenen Fähigkeiten zu entfalten und somit seinen Interessen und Möglichkeiten nach eigenem Willen nachzugehen.

Laut ihm gibt es drei Formen von Glück und wenn diese nicht alle erfüllt werden können, kann man auch nicht komplett glücklich werden.

Ich finde, seine Glücksvorstellung ist ein guter Grundbaustein, auf welchem man aufbauen kann. Denn ich denke, dass wir nur begrenzt für unser eigenes Glück verantwortlich sind.

Anfangs habe ich erläutert, dass man Glück gliedern kann, vor allem in das Zufallsglück und das von uns selbst erstrebte und erworbene Glück.

Wie der Name eigentlich schon verrät, kann jedes Individuum alleine das Glück, welches von uns selbst erstrebt und erworben wird, steuern. Etwas muss ja an dem Sprichwort „Jeder ist seines Glückes Schmied“ wahr sein.

Wir können auf unser Ziel hinarbeiten und wenn man es wirklich möchte, schafft man dies auch auf jeden Fall. Außerdem sind nur wir selbst dafür verantwortlich, etwas aus unserem Leben zu machen, also zum Beispiel in der Schule aufzupassen, nicht faul zu sein, seinen Interessen oder einer Karriere nachzugehen. In der heutigen Zeit haben wir so viele Möglichkeiten, sofern die äußeren Umstände passende Voraussetzungen bieten können.

Aber es gibt auch kleine Dinge, die uns und oder andere glücklich machen können. Man könnte einfach mal mehr Dankbarkeit zeigen und lächeln.

Natürlich gibt es immer mal unglückliche Momente, aber man sollte versuchen, die positiven Aspekte vor Augen zu halten.

Man muss dankbar bzw. glücklich darüber sein, dass es nicht noch schlimmer verlaufen ist oder noch schlimmer wird, als es schon ist.

Denn wie sagt man so schön „Glück im Unglück“.

Ein weiterer Aspekt, wie wir für unser Glück verantwortlich sind, ist das Karma.

Auch diesmal, wenn ich euch fragen würde, würden wir wahrscheinlich nicht zu einer einstimmigen Meinung kommen, denn viele würden diesem zustimmen, jedoch würden auch viele sagen, Karma? Was ein Quatsch!

Trotzdem bin ich fest überzeugt, dass es Karma wirklich gibt.

Das heißt, wir bekommen das wieder, was wir selbst an andere Personen weitergeben. Wenn wir also schlechte Dinge tun, werden wir auch schlechte Erfahrungen in unserem zukünftigen Leben erfahren und andersrum. Also wenn wir unser Leben mit positiven Taten bereichern, so werden wir auch Gutes und Glück erfahren.

Auf die Art und Weise können wir somit für unser Glück sorgen, indem wir anderen Menschen helfen bzw. für die Gesellschaft oder auch nur einer einzelnen Person etwas Gutes tun.

Das war nun die eine Art von Glück, für diese wir selbst verantwortlich sind, aber da gibt es noch das andere, nämlich das Zufallsglück, welches ich auch am Anfang schon erwähnt habe.

Für dieses sind wir ganz und gar nicht selbst verantwortlich und können es auch nicht steuern.

Ein kurzes Beispiel dafür ist eine Krankheit, für welche wir in den meisten Fällen nicht verantwortlich sind.

Stellt euch vor, eine geliebte Person aus eurem Umkreis leidet an Krebs, ich glaube nicht, dass ihr dabei glücklich sein könnt, oder?

Dies war jetzt nur ein Beispiel, aber ich versuche nun zu erklären, warum jenes noch aus anderen Gründen so ist.

Wie ganz am Anfang bereits erwähnt, zeigt die Statistik, dass der Glücksindex in Togo nur bei 2,5 Indexpunkten liegt. Wenn wir unser Glück selbst steuern könnten, müssten es ja deutlich mehr Menschen sein, da wir Menschen immer glücklich sein wollen. Anhand dieses Beispiels ist es jedoch nicht so, weil die Bewohner dort in einem armen Land leben oder sogar aufgewachsen sind. Sie müssen jeden Tag um das Überleben kämpfen und können von Tag zu Tag froh sein, dass sie nicht verhungern, verdursten oder aufgrund einer Krankheit gestorben sind.

Doch dies ist nicht nur in Togo so, auch in vielen anderen Ländern oder Gebieten, vor allem auch in Afrika. Wir müssen aber gar nicht so weit gehen, um zu sehen, wo es Menschen schlecht geht.

Auch hier in Deutschland gibt es genug Menschen, welche aufgrund von Armut oder weil sie in der falschen Familie aufgewachsen sind, wie beispielsweise bei Alkoholikern, Gewalttätigen, Armen oder sogar ein Vergewaltiger als Elternteil haben, leiden.

All das sind Dinge, die wir nicht beeinträchtigen können, aber mit großer Wahrscheinlichkeit darunter leiden und nicht sonderlich glücklich sein können.

Wenn wir uns die Vergangenheit anschauen, wie musterhaft das Mittelalter, fällt auch schnell auf, dass es früher genauso ungerecht zugeing und ein großer Teil der Bevölkerung mit Sicherheit nicht glücklich war, doch daran auch nichts ändern konnte.

Damals musste man Glück haben, in welcher Familie man aufwächst. War man eine Bauerntochter oder Sohn, hatte man schlechtere Voraussetzungen für ein glückliches Leben, war man jedoch Gefolge von einem adeligen Herren, musste man sich um seine spätere Zukunft eher weniger Gedanken machen und konnte glücklicher sein Leben leben. Genauso war es früher sowie in geringen Maßen auch noch heute verboten homosexuell oder generell einem Geschlecht oder einer Sexualität anzugehören, welche nicht als „normal“ angesehen wurde oder wird.

Dadurch hatten und haben die Betroffenen das Gefühl, unterdrückt zu werden und können aus diesem Grund ihre Persönlichkeit oder Interessen nicht frei entfalten und dadurch in den meisten Fällen nicht glücklich werden, wie auch Aristoteles sagte.

Ein letztes Beispiel, auf welches ich gerne genauer eingehen möchte ist, es gibt immer noch Länder, in denen Kinder schon mit 12 oder 13 gegen ihren Willen verheiratet werden oder es auch noch Zwangsehen gibt. Wie der Name schon sagt, wird man zu einer Zwangsehe gezwungen und kann nichts dagegen tun, wobei die Betroffenen nicht glücklich sein können.

Dies sind alles Dinge, welche wir nicht steuern können.

Natürlich können auch die Menschen, von denen ich eben erzählt habe, in manchen Momenten Glück verspüren. Dies ist jedoch nicht zu vergleichen mit dem von beispielsweise unserem Glück. Außerdem sind sie für diese Momente dann auch nicht verantwortlich.

Wer der Meinung ist, man könne sein Glück komplett steuern, würde jetzt wahrscheinlich sagen, dass man auch in solchen schrecklichen Schicksalen versuchen muss, glücklich zu sein und denken, Gott sei Dank hat es mich nicht noch schlimmer getroffen.

Jedoch ist bei Menschen mit solchen Voraussetzungen nun einmal mit großer Wahrscheinlichkeit die Zufriedenheit im Leben nicht gewährleistet und sie können somit ganz und gar nicht glücklich sein. Auch wenn es in deren Leben evt. andere Glücksmomente gibt (welche man auch nicht unbedingt steuern kann, wie zum Beispiel, dass in den ärmeren Ländern durch einen Regen die Erde endlich bewässert wird), kann man nichts dagegen machen oder es steuern und somit ist nun einmal die allgemeine Zufriedenheit und das Glück im Leben vermindert bzw. mit Sicherheit in vielen Fällen auch fast gar nicht vorhanden.

Es gibt aber nicht nur Situationen, bei denen wir nicht glücklich sind und diese nicht steuern können. Auch glückliche Momente oder Dinge können wir oft nicht steuern. Zum Beispiel war ich heute Morgen wie ganz am Anfang geschrieben, mit meinem Hund draußen und bin rechtzeitig vor dem Gewitter wieder nach Hause gekommen. Eine weitere tolle und glückliche Sache wäre ein Lottogewinn oder die Lieblingsmannschaft hat ein Spiel gewonnen. Auch das sind alles Dinge, die wir nicht steuern können.

Natürlich könnte ich noch mehr Beispiele nennen, bei denen wir nicht für unser eigenes Glück oder Unglück zuständig sind, jedoch würde dies viel zu lange dauern.

Ich hoffe, ihr habt verstanden, worauf ich hinaus möchte und was ich damit meine.

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass man nur das von uns selbst erstrebte und erworbene Glück steuern kann, da wir uns für dieses wirklich einsetzen können. Vorausgesetzt wir leben in einem Land oder in einer Familie, die die Voraussetzungen für beispielsweise eine Schule etc. gewährleisten können.

Währenddessen haben wir auf das Zufallsglück keinerlei Einfluss. Auch wenn man versuchen würde alles positiv zu sehen, würde einem schnell auffallen, dass es nicht positiv ist, und wäre somit unzufrieden. Doch dies ist nicht nur bei dem Unglück so, sondern wir können, wie schon gesagt, auch manche positiven Sachen nicht steuern.