

Peters

stilles Oertle



Glücklich un(d)zufrieden

Lieber Peter

Kennst du das? Mein Problem ist: Ich habe keines! Ich bin glücklich unzufrieden. Da wären mal die Fakten: ich bin so gesund wie der Rest der Familie, die Arbeit füllt mich aus, Geld ist genug vorhanden. Ich pflege bereichernde Freundschaften. Mein Sexualeben ist intakt. Da ist nichts, aber auch gar nichts, von dem ich behaupten könnte, es ginge schief in meinem Leben. Trotzdem frage ich regelmässig: «Bin ich glücklich?» und antworte darauf mit: «Ja und nein.»

Das Schwierigste – mein Glück, nein, Glück überhaupt zu beschreiben. Ist Glück etwas Euphorisches? Oder etwas, das still und leise wirkt? Etwas Ständiges wie ein- und ausatmen oder kurze Momente wie Orgasmen? Ist Glück Gefühl oder Zustand?

Manchmal bin ich glücklich, wenn ich ein Problem bekomme oder es gelöst habe. Wenn ich spüre, ich werde als Mensch, als Otto gebraucht, dann fühle ich mich wichtig. Wichtiger als wenn scheinbar alle Aufgaben bewältigt sind und die Sonne scheint. Aber Glück ist doch mehr als sich wichtig fühlen – oder? Wie erkenne ich, ob ich glücklich bin?

Liegt es daran, dass mir erstens niemand beigebracht hat, wie sich Glück anfühlt und ich zweitens nicht gelernt habe, wirklich zu geniessen? Die Unfähigkeit zu geniessen – typisch männlich? Oder liegt das in unserer Kultur begründet? Bin ich der Einzige, der so tickt?

Wenn deine Antwort beisst, Glück sei die Abwesenheit von Unglück, dann spar sie dir. Oder ist glücklich sein tatsächlich so einfach?

Herzlich, Otto.

Lieber Otto.

Teil 1: Mir fallen die vielen Fragezeichen auf. Bringen Fragezeichen Unglück? Unbeantwortete Fragen können unter Umständen «chribbelig» machen. Man hat es nicht unter Kontrolle. Erst Antworten bringen Klarheit und Sicherheit. Nie sicher sein, ob dies nun das Glück ist oder doch (noch) nicht, ob du ES erreicht hast oder doch (noch) nicht? Wem möchtest du es beweisen oder vielleicht auch, wem würdest du es dann erzählen, wenn du ES erreicht hast? Ich kreierte neue Fragen, merkst du? Fragen, die ich nicht beantworten kann.

Teil 2: Du machst Paul Watzlawick mit seiner «Anleitung zum Unglücklichsein» knallharte Konkurrenz, oder prägnanter ausgedrückt; du missbrauchst deine Gehirnzellen und ver-rückst deine Wirklichkeit damit. Ich überlege, was dich zu einer solchen Gehirnakrobatik anspornen könnte. Welche Schiefelage du geflissentlich übersehen könntest, die sich durch diese Gehirnleistung «sichtbar» macht. Dann hätten deine Fragen eine Art Warnsignalfunktion. Doch um darüber weiter nachzuforschen, bräuchte ich dich persönlich.

Teil 3: In deinen ganzen Ausführungen springst du zwischen Glück und Unzufriedenheit, zwischen «ja» und «nein», hin und her. Du beschreibst damit für mich aber auch etwas Charakteristisches des Glücks. Glück ist für mich eine Haltung, welche die Widersprüchlichkeiten im Leben mit einbezieht. Fühle ich mich nicht mehr bedroht durch das Negative, das auf mich zukommen kann (wird), kann ich glücklich sein und bleiben. Wünsche ich mir das, was ich habe, dann bin ich glücklich. Dabei entsteht nicht unbedingt ein Hochgefühl, vielmehr ein grundlegendes Einverständnis mit allem, was geschieht, sei es positiv oder negativ. Damit kann Glück sogar zu etwas Dauerhaftem werden, auch wenn man sich dabei ab und zu unzufrieden fühlt. Und das heisst nicht, mit allem einverstanden zu sein. Glück würde demzufolge Ja sagen zum Leben heissen, was nicht ausschliesst, am Leben zweifeln zu können.

Teil 4: Es ist möglich, dass das Leben, unsere Existenz und die Welt im Grunde ohne Bedeutung sind. Vielleicht geht es im Leben darum – dem Dasein, dem Leben selbst, immer wieder eine Bedeutung, einen Sinn zu geben? Ein neues Fragezeichen. Vielleicht brauchen wir die Sinngebung, die Fragezeichen, wie auch das Unglücklichsein (über die ungelösten Fragen) als Ansporn, als eine Art Motivation zum Leben? Du schreibst mir, dass du manchmal glücklich bist, wenn du ein Problem bekommst oder es gelöst hast. Fragezeichen und Probleme haben eine Verwandtschaft. Sie sind zum Lösen da. Aufgaben, die du entweder angehen oder stehen lassen kannst. Falls das Leben wirklich passiert, während dem wir darüber reden (John Lennon), passiert es bei dir vielleicht, während dem du über «Glück» und «Unzufriedenheit» nachzudenken versuchst. Jede Lebensuhr hat ihre Zeit und die wenigsten von uns haben eine Ahnung, wie viel Zeit da wirklich drauf ist.

Das kann dich (un)zufrieden oder (un)glücklich machen – ob du willst oder nicht. Ich bin mit meinen Antworten glücklich – wie geht es dir damit?

Mit lieben Grüssen

Peter