

Glücks-Suche durch die Jahrhunderte

Der Weg einer menschlichen Sehnsucht im Licht der Existenzanalyse

Astrid Görtz

Die Glücksphilosophie zeigt Wege des abendländischen Menschen auf der Suche nach Glück auf. Dabei werden verschiedene Reduktionismen deutlich, die mit spezifischen existentiellen Themen in Verbindung stehen. Dabei geht es um Dimensionen des subjektiven Erlebens im Sinne eines „existentiellen Wohlbefindens“, die auch empirisch erfasst werden können. Der Vortrag gibt einen kurzen Querschnitt philosophiegeschichtlich bekannter Glückswege wieder und setzt sie mit Dimensionen eines persönlichkeitspsychologischen Modells zur „existentiellen Lebensqualität“, basierend auf den existentiellen Grundmotivationen in Verbindung.

Schlüsselwörter: existentielle Lebensqualität, existentielles Wohlbefinden, existentielle Grundmotivationen, Glücksphilosophie

Search for luck and happiness throughout the centuries

The history of a human desire in the light of Existential Analysis

Philosophy describes man's search for luck and happiness. Various reductionisms become apparent, which are connected to specific existential topics, in particular to dimensions of "existential well-being", which can also be measured empirically. The lecture gives a short overview of well-known ways of man's search for luck and happiness in the history of western philosophy. They are connected to a personality model of "existential quality of life", based on the fundamental existential motivations.

Key words: existential quality of life, existential well-being, fundamental existential motivations, Philosophy of luck and happiness

Einleitung und Überblick

Die menschliche Sehnsucht nach dem Glück beschäftigt die Philosophen seit der Antike. Was aber heißt das: glücklich sein? Kaum einer der großen Philosophen, der nicht einen Teil seines Werkes dieser Grundfrage des menschlichen Lebens gewidmet hat. Letztlich geht es dabei immer um die Frage „Wie soll ich leben?“ Die Antworten fallen unterschiedlich aus, je nach philosophischem Standpunkt und Menschenbild. Für uns als Psychotherapeuten und Berater sind wertvolle Hinweise aus diesen Antworten zu gewinnen, denn wir haben es bei unseren Klientinnen und Patienten ja immer mit Menschen zu tun, die auf der Suche nach dem Glück irgendeine Art von Scheitern erfahren haben. Dieser Artikel lädt ein zu einer „Zeitreise“ durch die abendländische Glücksphilosophie und soll in diesem Zusammenhang auch das existenzanalytische Verständnis von Glück und Lebensqualität erläutern.

Was ist eigentlich „Glück“?

Eine Hauptunterscheidung lässt sich zwischen Glück als äußerem Schicksal (*fortuna*) und Glück als seelischem Zustand (*beatitudo*) treffen. Interessant ist dabei, dass die Doppeldeutigkeit des Wortes „Glück“ nur für die deutsche Sprache gilt. Im Englischen wird sehr wohl zwischen *luck* und *happiness*, im Französischen zwischen *la bonne chance* und

le bonheur und nicht zuletzt im Griechischen zwischen *eutychia* und *eudaimonia* unterschieden.

Mit *fortuna* ist jenes Glück gemeint, das sich dem puren Zufall verdankt und jemandem unverdient ohne eigenes Zutun in den Schoß fällt – wie ein Lottogewinn oder das Überleben eines schweren Unfalls ohne gravierende Folgen. Umgangssprachlich sagen wir in solchen Fällen, wir hätten „Glück gehabt“. Dieses Glück ist wie ein unerwartetes Geschenk, es lässt sich in keiner Weise manipulieren. *Fortuna* kann man zwar begehren, aber nicht erstreben. Spieler und Glücksritter, die der „Göttin Fortuna“ nachjagen, überlassen sich blind dem Schicksal und bleiben letztlich ohne „fortune“, wenn sie nichts aus ihrem Leben machen.

Davon unterscheidet sich das mit *beatitudo* bezeichnete Glück, das man auch mit „Glückseligkeit“ übersetzen könnte. In der abendländischen Tradition wurde *beatitudo* oft mit einer Belohnung durch Gott für ein tugendhaftes Leben in Verbindung gebracht.

Ein dritter Begriff ist jener der *felicitas*. Er verweist auf jenes Glück, an dessen Zustande-Kommen wir entscheidend mitbeteiligt sind, und zwar durch persönlichen Einsatz – etwa die glücklichen Umstände, die jemandem zu einer Karriere verhelfen, sind hier gemeint. Hier ist eine gewisse „Machbarkeit“ des Glücks impliziert. *Felicitas* kann man begehren und erstreben, wobei allerdings offen bleibt, ob das Begehrte auch erstrebenswert ist.

Der Stuttgarter Philosophie-Professor *Günther Bien* setzt sich näher mit dem Glück als *beatitudo* auseinander. Dabei unterscheidet er zwei unterschiedliche Konzeptionen, nämlich *Glück als Hochgefühl* und *Glück als Charakterangelegenheit* (Bien 1988).

Glück als Hochgefühl

Unter Glück kann man ein Augenblickserlebnis verstehen, ein Hochgefühl in der Art eines Höhepunktserlebnisses. Glück im Sinn von Spaß, Vergnügen, Genuss – nach *Sigmund Freud* „das Erleben starker Lustgefühle“ (Freud 1953, 105) – ist nur als episodisches Phänomen möglich; es ist nur im Kontrast zu anderen Momenten intensiv erlebbar. *Freud* versteht unter Glück eine „eher plötzliche Befriedigung hoch aufgetauter Bedürfnisse“ (Freud ebd.), woraus er die anthropologische Konsequenz zieht: „Somit sind unsere Glücksmöglichkeiten schon durch unsere Konstitution beschränkt“, und „die Absicht, dass der Mensch ‘glücklich’ sei, ist im Plan der ‘Schöpfung’ nicht enthalten.“ Diese Schlussfolgerung ist jedoch nur dann richtig, wenn ‘Glück’ ausschließlich als eine an physiologische Bedingungen geknüpfte Erlebnisqualität verstanden wird.

Glück als Charakterangelegenheit

Glück als Seelenverfassung meint in Sokratischer Tradition jenen guten Geist, der den Menschen innerlich so erfüllt, dass er in relativer Unabhängigkeit von äußeren Glücksfällen oder deren Ausbleiben im Innersten *eudaimon*, glücklich wird. (Zum Eudämonismus siehe weiter unten.)

Glück als gutes Leben

Wir nähern uns damit einem Glücksbegriff an, der sich auf geistige Höhepunktserlebnisse bezieht. Solches Glück lässt sich nicht erstreben oder bewirken, man kann sich dafür nur bereithalten. Gerade bei *Moritz Schlick*, einem höchst nüchternen Vertreter des so genannten Neopositivismus, kann man lesen:

„Glück – das sind diejenigen wenigen Viertelstunden im Leben, in denen die Welt mit einem Male vollkommen wird durch das Zusammentreffen unscheinbarer Umstände – die Berührung einer warmen Hand, der Blick in ein kristallklares Wasser, die Stimme eines Vogels – wie könnte man nach dergleichen streben?“ (Schlick 1984, 194, zit. n. Bien 1998, 31)

Ausgehend von der existentiellen Erfahrung der Flüchtigkeit glücklicher Augenblicke kann man – in Anlehnung an den Gießener Philosophen *Martin Seel* – postulieren, dass „Glück“ überhaupt kein *Zustand* ist, dessen Dauer man sich wünschen kann, sondern ein – von erfreulichen und unerfreulichen Zuständen begleiteter – *Vollzug*, der immer wieder gelingen oder misslingen kann. Erst mit Hilfe eines prozessualen Glücksbegriffs kann die unausweichliche *Spannung* zwischen dem episodisch-ekstatischen Glück des Augenblicks und den Möglichkeiten eines existentiellen Gelingens gefasst werden (Seel 1998, 112).

In diesem Zusammenhang ist es passender, anstatt von „Glück“ von einem „guten Leben“ zu sprechen. Dieses steht

eng mit dem subjektiven Sinn des Lebens in Zusammenhang: Auch aus Sicht der Glücksphilosophie ist ein „gutes Leben“ nichts anderes als ein sinnerfülltes Leben. In Worten *Martin Seels*:

„Gut ist ein Leben, das – alles in allem, trotz aller Widerigkeiten, im ganzen oder in wesentlichen Abschnitten – um seiner selbst willen gelebt werden kann.“ (ebd. 118)

Die Bejahung des eigenen Lebens setzt voraus, dass wir uns zu unseren Lebenssituationen – verweilend oder fliehend, suchend oder vermeidend, zustimmend oder ablehnend – verhalten können. Dies ist nur möglich, wenn den Subjekten ein *Spielraum* der Begegnung mit den Situationen ihrer Lebenswelt gegeben ist. Dies ist eine der wesentlichen Grundbedingungen eines guten, also sinnvollen Lebens.

Nicht die einzelnen Situationen entscheiden, sondern die *Möglichkeiten der Weltbegegnung durch diese Situationen hindurch* – Möglichkeiten, die es dem Individuum erlauben, sich auf die *eine oder andere* Weise zu den Gegebenheiten seines Lebens zu verhalten bzw. auf sie einzulassen.

Nur wo diese Möglichkeit offen steht, können sich Augenblicke eines ekstatischen Glücks ereignen. Über diese Grunddimension sind die beiden Extrempole menschlicher Glückserfahrung miteinander verbunden. Der prozessuale Begriff des guten menschlichen Lebens, den *Martin Seel* entwirft, schließt also den extremen Zustand des ekstatischen Augenblicks als eine konstitutive Möglichkeit mit ein. Schließlich kommt er zu folgender Definition von Glück: „Glück, in allen seinen Dimensionen, ist ein Zustand oder Prozess, der um seiner selbst willen bejaht werden kann. Von einem guten Leben lässt sich darum sagen: Das Subjekt dieses Lebens begegnet der Welt um dieser Begegnung – oder um des Spielraums dieser Begegnung – willen.“ (Seel ebd.)

Dieser Glücks-Begriff entspricht der Auffassung der Existenzanalyse, die von einem Leben mit innerer Zustimmung spricht. Man könnte in *Alfried Längles* Konzept der ‘existentiellen Grundmotivationen’ (vgl. z.B. Längle 1999) eine Spezifizierung der Bedingungen eines gelingenden Lebens in einem freien Weltbezug sehen.

Glück und existentielle Grundmotivationen – ein Konzept der „existentiellen Lebensqualität“

Längle hat mit den existentiellen Grundmotivationen (GM) vier Grundbedingungen formuliert, die Voraussetzungen einer erfüllten Existenz sind. Mit Bezug auf die existentiellen Grundmotivationen kann man Dimensionen existentieller Lebensqualität (vgl. Görtz 2007) definieren, und zwar unterscheidbar in Dimensionen „negativer existentieller Lebensqualität“, denen jeweils entsprechende Dimensionen „positiver existentieller Lebensqualität“ gegenüberstehen (siehe Tabelle auf der nächsten Seite).

Jede Motivationsebene verweist auf ein grundlegendes Bedürfnis im Menschen, das dessen Streben nach Glück eine bestimmte Richtung gibt. Dies beinhaltet gleichzeitig die Gefahr, in der Verabsolutierung dieses Motivs einem grundlegenden Reduktionismus zu unterliegen. Nach *Alfried*

• Ja zur Welt (1. GM) Seinsgrund Kann ich sein, unter den gegebenen Bedingungen?	Ontologisches Wohlbefinden (1. GM) Grundangst/Grundvertrauen
• Ja zum Leben (2. GM) Grundwert Mag ich leben? Ist es gut, dass es mich gibt?	Emotionales Wohlbefinden (2. GM) - Lebensgefühl (LG) - Depressivität (DE)
• Ja zum Person-Sein (3. GM) Selbstwert Darf ich so sein, wie ich bin?	Soziales Wohlbefinden (2.+3. GM) - Beziehungserleben (BE) - Soziales Scheitern (SSch)
• Ja zum Sinn (4. GM) Existentieller Sinn Was soll werden?	Existentielles Wohlbefinden (4. GM) - Existentielle Erfüllung (EE) - Existentielle Leere (EL)

Längle ist Leben dann erfüllt, wenn die Zustimmung zum Leben auf allen vier existentiellen Ebenen gelingt. Jede einzelne Ebene für sich genommen zeigt eine „Abkürzung“ zu einer Glücksform auf, die dem Menschen in seiner Ganzheit nicht gerecht wird. Diese „verkürzten Glückswege“ werde ich mich bemühen, im Folgenden zu erläutern.

Ich werde mich in der Rezeption der abendländischen Glückswege eng an *Annemarie Pieper* anlehnen und *Alfried Längles* Vorstellungen zu den Grundmotivationen sowie meine eigenen Überlegungen zur existentiellen Lebensqualität *Piepers* Betrachtungen gegenüberstellen (vgl. Pieper 2001).

Lebensqualität und Nichtigkeit: Der Reduktionismus der „Quantifizierung des Lebens“

Rufen wir uns in Erinnerung: Die erste Grundmotivation nennt *Längle* das *Sein-Können*. Sie bezieht sich auf das Sein in jener *Welt*, in die der Mensch hineingeboren ist. Psychologisch gesehen geht es hier um die Dynamik des Angenommen Seins/Annehmen Könnens. Die erste Grundmotivation bezieht sich auf die *Art des In-der-Welt-Seins*, bildet quasi das existentielle Erleben in der räumlich-zeitlichen Dimension ab. Es stellt die existentielle „Situation“ dar und bildet die Grundlage für das Erleben eines Zusammenhalts in Raum und Zeit.

Ontologisches Wohlbefinden: Vertrauen

Das „Ja zur Welt“ ist ein grundlegendes, auf einer sensorischen Ebene angesiedeltes Empfinden, wobei das Gegensatzpaar „Angst – Vertrauen“ die zentrale Dimension des Erlebens darstellt. Man kann diese Ebene auch als die „grundlegend weltliche Dimension“ bezeichnen, es geht um die basale Erfahrung eines Du, um die dialogische Grunderfahrung. Mangelndes Grundvertrauen äußert sich in chronisch erhöhter Angstbereitschaft, Nervosität und Anspannung sowie geringer Belastbarkeit. Hohes Grundvertrauen äußert sich in einem Grundgefühl des Getragen-Seins, in einem auch weltanschaulich empfundenen Halt.

Die Erfahrung des Geworfen-Seins in das naturhaft Gegebene, in eine Welt, die immer auch das Andere, das Fremde ist, wirft den Menschen auf die Angst vor der Nichtigkeit zurück. Zur Bewältigung dieser von *Alfried Längle* so bezeichneten „Grundangst“ greift er auf Stabiles im raum-zeitlichen Sinn zurück, schafft Sicherheiten in seinem Dasein, baut sein Leben auf „Realitäten“ auf. Auf der Suche nach Glück vertraut der Mensch aus dieser Perspektive auf gestaltbare Stabilität, indem er Sicherheiten schafft.

Übertragen wir diese Haltung auf die abendländischen Glücksmodelle, so kann man eine Nähe zum so genannten „*homo oeconomicus*“ bzw. zur Orientierung an einem kalkulierten Glück erkennen.

Die ökonomische Lebensform: das kalkulierte Glück

Unter dem Titel der *ökonomischen Lebensform* beschreibt *Annemarie Pieper* die Strömung des Utilitarismus, der im 18. Jahrhundert entstanden ist und heute vor allem in den angelsächsischen Ländern die führende Theorie der Ethik darstellt. Der Utilitarismus versucht mit seinen nutzentheoretischen Überlegungen zu einem quantitativen Begriff zu gelangen. Unter dem Aspekt des Nutzens lässt sich das Glück des Einzelnen auf den einfachen Nenner bringen: Was mir (und anderen) nützt, macht mich (uns) glücklich; was mir schadet, macht mich unglücklich. Utilitaristische Überlegungen spielen im Rahmen ökonomischer Theorien eine bedeutende Rolle.

Der englische Philosoph *Jeremy Bentham* hat Glück als berechenbaren Nutzen definiert. Er schlug vor, menschliches Handeln nicht an weltfremden Idealen, sondern an Normen und Wertvorstellungen, die die menschliche Natur mit einbeziehen, auszurichten.

„Die Natur hat die Menschheit unter die Herrschaft zweier souveräner Gebieter – Leid und Freude (pain and pleasure) – gestellt. Es ist an ihnen allein aufzuzeigen, was wir tun sollen, wie auch zu bestimmen, was wir tun werden. Sowohl der Maßstab für Richtig und Falsch als auch die Kette der Ursachen und Wirkungen sind an ihrem Thron festgemacht. Sie beherrschen uns in allem, was wir tun, was wir sagen, was wir denken. [...] Das Prinzip der Nützlichkeit erkennt dieses Joch an und übernimmt es für die Grundlegung jedes Systems, dessen Ziel es ist, das Gebäude der Glückseligkeit (felicity) durch Vernunft und Recht zu erreichen.“ (Bentham, 1975, zit. nach Pieper 2001, 108ff.)

Die beiden Herrscher Leid und Freude, von denen

Bentham spricht, determinieren jede menschliche Tätigkeit. Was immer wir tun, tun wir um der Lust und der Freude willen bzw. um Schmerz/Unlust zu vermeiden. Nach *Benthams* Auffassung hat die Natur die Menschheit insgesamt durch diese anthropologischen Konstanten in ihrem Sein festgelegt. Wenn dies zutrifft, muss der Faktor Lust/Unlust zur Basis allen Nachdenkens über das System der Regeln gemacht werden, die menschliches Handeln leiten sollen. Die Regel aller Regeln, von welcher *Benthams* Überlegungen ihren Ausgang nehmen, ist das Nutzenprinzip. Das Glück ist jenes höchste und letzte Ziel, das mit Hilfe von Vernunft und Recht erreicht werden soll. Demnach ist nicht jedes naturwüchsige Begehren legitim. Das natürliche Verlangen hat seinen Maßstab nicht in sich selber, sondern in der Vernunft, die die Willkür menschlichen Wollens nach Maßgabe des Rechts einschränkt. Andernfalls ergäbe sich ein Kriegszustand, in dem jeder gegen jeden stünde und der Stärkste seine Glücksansprüche auf Kosten der Schwächeren durchsetzen würde. *Bentham* spricht in diesem Zusammenhang vom „größtmöglichen Glück der größtmöglichen Zahl“ als Maxime der utilitaristischen Ethik (*Bentham* 1833/1966).

Bentham stellte ein Nutzenkalkül zur Berechnung von so genannten „Glücksquanten“ auf, die das alltägliche wie auch das politische Handeln steuern sollten, indem die Vor- und Nachteile vorgestellter Handlungen gegeneinander abgewogen werden sollten. Die entscheidende Bedingung eines solchen Nutzenkalküls ist allerdings die Redlichkeit, mit welcher einerseits die Interessen aller Betroffenen in das Kalkül einbezogen und andererseits aus dem Ergebnis die entsprechenden Konsequenzen gezogen werden, damit das größtmögliche Glück für die größtmögliche Zahl von Menschen gewährleistet ist. Derartige Berechnungen werden in der Realität jedoch oft im Sinne der vorhandenen Machtverhältnisse durchgeführt, etwa wenn zwei Großkonzerne fusionieren und der dadurch erzielte Profit ungleich höher veranschlagt wird als das Unglück derer, die durch Rationalisierungsmaßnahmen ihre Arbeit verlieren und darüber hinaus den Staat mit steigenden Sozialkosten belasten. Das Kriterium des Ausmaßes wird ebenfalls verletzt, wenn nur die Interessen der heute lebenden Personen, nicht aber die der späteren Generationen berücksichtigt werden, deren Lebensqualität durch enorme Schuldenberge der auf großem Fuß lebenden und die Ressourcen der Erde verprassenden Industrieländer erheblich beeinträchtigt wird. Im Zusammenhang mit ökologischen Problemen wäre auch zu fragen, ob nicht *Benthams* Nutzenkalkül über die Ermittlung des Nutzens, die die Dinge für uns haben, hinausgehen müsste auf die Feststellung des Wertes, der den Dingen an sich innewohnt. Es ist fraglich, inwieweit man etwa in so genannten Technikfolgenabschätzungsverfahren über die Beurteilung von Vorteilen und Gefahren für die Menschen hinaus den Nutzen des Waldes, des Meeres, der Natur insgesamt eruieren kann, nachdem diese bisher immer nur als für uns nützliche Objekte ausgebeutet wurden. Müssten wir heute nicht so vorgehen, als ob die Natur ein Lebewesen mit Ansprüchen wäre, die wir in unserer Praxis mit einzubeziehen haben, auch wenn wir dies vorrangig um unseres eigenen Nutzens oder um des

Nutzens der nach uns kommenden Generationen willen tun und weniger um der Natur selber willen?

Benthams Auffassung, die Natur habe den Menschen auf die Faktoren von Lust/Unlust festgelegt, was einer Determiniertheit und Unfreiheit gleichkomme, ist aus Sicht der Existenzanalyse eine Reduktion auf die erste Grundmotivationsebene. Der Utilitarismus spiegelt in gewisser Weise die Verabsolutierung des Prinzips wider, durch Kalkulierbarkeit, Berechenbarkeit der Erfahrung des Geworfen-Seins zu begegnen und auf diese Weise Kontrolle über das Dasein zu erlangen.

Kosten-Nutzen-Analysen mögen in manchen Lebensbereichen, etwa im Rahmen der Ökonomie, ihre Bedeutung haben. Es erweist sich aber als zu restriktiv, wenn man das ökonomische Prinzip einer ganzen Lebensform zugrunde legt. Eine auf Nutzenkalkülen gegründete Existenz kann zwar hinsichtlich materieller Verbesserungen der Lebensbedingungen überaus erfolgreich sein, aber auf eine gesellschaftliche Ordnung bezogen, führt die Orientierung am Nutzenkalkül zur Zementierung bestehender Machtverhältnisse und im schlimmsten Fall zu diktatorischen Verhältnissen, weil sie Freiheit und Mitbestimmung des Einzelnen ausklammert. Für das individuelle Leben bringt die Beschränkung des für erstrebenswert Gehaltenden auf zähl- und berechenbare Größen eine Verarmung des Menschlichen mit sich.

Glück und In-Beziehung-Sein: Vom Wert-Sein-Mögen zur Schwermut des Sisyphos

Die zweite Grundmotivation bezeichnet *Längle* als *Wertsein-Mögen*. Sie bezieht sich auf das *Leben*, an dem der Mensch teilhat und das in ihm pulsiert. Psychologisch geht es um die Dynamik Zuwendung erhalten/geben, sich zu wenden, „Wert-Sein-Mögen“.

Emotionales Wohlbefinden: Lebensgefühl versus Depressivität

Die zweite Grundmotivation bezieht sich auf das Leben als Vitalität – die Erfahrung der Lebendigkeit, das Empfinden als belebter Organismus, der Lebensrhythmen unterworfen ist. Das Befinden auf der zweiten GM-Ebene verläuft dem Modul gemäß nach zyklischen Gesetzmäßigkeiten und bio-psychologischen Rhythmen und betrifft die „Grundstimmung“. „Positives Lebensgefühl“ entspringt dem Gefühl des Wertsein-Mögens und wird als Gefühl von „Lebendigkeit“, „Harmonie“, „Ausgeglichenheit“, „innere Einheit“ erfahren. Im Negativen wird die fehlende Grundwert-Erfahrung als „Depressivität“, als fehlendes Lebensgefühl, fehlende Lebendigkeit, Leere erfahren, meist begleitet von körperlichen Beschwerden, Druckgefühlen, Gefühlen der Belastung und Schuld.

In der abendländischen Tradition wird dieser Aspekt des Leben-Mögens am ehesten bei *Nietzsche* und *Camus* aufgegriffen, in der so genannten „ästhetischen Lebensform“, die das sinnliche Glück ins Zentrum stellt – Sinnlichkeit als Ausdruck von Lebendigkeit und des Willens zum Wertsein-Mögen, das sich in einer erotischen Beziehung zu allem Le-

bendigen widerspiegelt und etwa auch in der Kunst seinen Ausdruck finden kann. Allerdings gehört dazu auch die „Schattenseite“ des Lebens: der Schmerz, das „Mitternachts-Sterbeglück“ bei *Nietzsche*, der Tod und das Sterben, wie auch bei *Camus* deutlich wird. Im künstlerischen Schaffen ist ja oft gerade die schmerzvolle und leidvolle Beziehung zum Leben und zur eigenen Lebendigkeit eine starke Triebfeder der Gestaltungskraft.

Die ästhetische Lebensform: das sinnliche Glück

Die Griechen verwendeten das Wort *aisthesis* in Bezug auf die sinnliche Wahrnehmung. Alles was sich mit Hilfe der fünf Sinne erfassen lässt, besitzt ästhetische Qualität. Dabei gab es die Vorstellung der „Einverleibung“ von Teilen der Außenwelt durch die Sinne.

Wer sich für eine ästhetische Lebensform entscheidet, wählt nach Meinung *Annemarie Piepers* ein Dasein in Kategorien der Sinnlichkeit, das auf dem Prinzip des Genusses beruht. Die ersten Befürworter dieses Prinzips waren die Hedonisten (*hedoné*, griechisch = Lust). Sie mussten sich von Anfang an gegen den Vorwurf der Sittenverrohung durch ein ausschweifendes Leben zur Wehr setzen. Sie taten dies mit Witz, Ironie und Augenmaß.

Die hedonistische Lebensform lässt sich nach *Piepers* Auffassung am ehesten mit den Worten *Glück als Lust nach Maß* umschreiben. Der wichtigste Vertreter des Hedonismus in der Antike war *Epikuros aus Athen* (342-271 v. Chr.).

Epikur plädierte für eine Lebensform, die das Glück in jener Seelenruhe findet, die sich einstellt, wenn ein Mensch frei von Schmerz ist und diesen Zustand lustvoll genießt. *Epikur* formuliert damit Bedingungen der Zufriedenheit und des Wohlbefindens, wie sie von der modernen Psychologie unter dem Stichwort „Homöostase“ beschrieben sind.

Seiner Ansicht nach genügt ein einfaches, bescheidenes und gesundes Leben, um dem Lustprinzip zu seinem Recht zu verhelfen. Eine Lust, die der Kontrolle entgleitet, mündet jedoch in Suchtverhalten, das den Menschen von seinen Leidenschaften und Begierden abhängig macht und ihn letzten Endes ins Unglück führt. *Epikur* zieht ein gleichmäßiges, in seinen Höhen und Tiefen jederzeit steuerbares Glück einem kurzfristigen, hochschießenden Glücksgefühl vor. Der exzessiven Übersteigerung des Genusses gegenüber ist er abgeneigt. Er behandelt auch das Problem des Lebensüberdresses aus Langeweile, die für ihn ein Anzeichen ist, dass der Mensch das Maß verloren hat.

Berühmt wurde *Epikurs* nüchterne Einschätzung des Todes als zu vernachlässigendes Faktum.

„Gewöhne dich [...] an den Gedanken, dass es mit dem Tode für uns nichts auf sich hat. Denn alles Gute und Schlimme beruht auf Empfindung; der Tod aber ist die Aufhebung der Empfindung. [...]. Der Tod hat für uns keine Bedeutung; denn solange wir noch da sind, ist der Tod nicht da; stellt sich aber der Tod ein, so sind wir nicht mehr da. Er hat also weder für die Lebenden Bedeutung noch für die Abgeschiedenen.“ (*Epikuros* 1967, 281; zit. nach *Pieper* 2001, 50)

Epikur sieht nur den Aspekt des Schmerzes, der mit dem Tod ein Ende hat. Der Tod bedeutet aber auch die Endlichkeit

des Lustempfindens, und dies stellt für den Hedonisten einen Grund zur Trauer dar. Beim Gedanken an den Tod wird er sich nie wieder mit allen Sinnen dem Leben verschreiben und daraus unendliche Befriedigung schöpfen können. So haben auch spätere Hedonisten den Tod als „Skandal“ betrachtet.

Als *Glück der gesteigerten Empfindung* kann man den Lebensentwurf von *Friedrich Nietzsche* bezeichnen, der das Glück wie alle Ästhetiker ganz und gar diesseitig konzipierte.

Nietzsche hat die Lust am Dasein als *dionysisches Glück* beschrieben, das vor allem durch die Musik hervorgebracht wird. Die Musik erschließt das geheime Wesen der Dinge, das sich dem Begriff entzieht, und die dionysische Kunst „will uns von der ewigen Lust des Daseins überzeugen“.

Nietzsche geht weiter als die antiken Hedonisten, indem er den Schmerz als unabdingbaren Teil des Glücks in die ästhetische Lebensform hereinholt. Er beschreibt das „Weh“ als das „Mitternachts-Sterbeglück“, wie es in seinem berühmten *Ecce homo* zum Ausdruck kommt. Die Mitternacht ist der Antipode des „großen Mittags“, der für jenen glücklichen Augenblick steht, in welchem die Sonne senkrecht am Himmel steht und die Dinge keine Schatten werfen.

Die Lust wird bei *Nietzsche* um ihrer selbst willen begehrt, und jedes Mal ganz. Ihre Tiefe – als Sinnbild der Unerschöpflichkeit – weist darauf hin, dass sie nicht als gleichmäßiger Zustand erstrebt wird, sondern den Augenblick des Glücks voll und ganz auskosten will, wohl darum wissend, dass darauf das Weh folgen muss, aber auch neue Augenblicke des Glücks folgen werden. Diese Verkettung von glücklichen Augenblicken durchzieht alles mit einer grenzenlosen Liebe zum Leben, die auch den physischen Tod am Ende mit einbezieht. Ein solches Leben hat sich gelohnt. Der Tod ist ein glücklicher Tod – aber er ist endgültig und besiegelt das Ende jenen Glücks, das sich einem gesteigerten Lebensgefühl verdankt.

Als *kosmisches Glück* bezeichnet *Annemarie Pieper* die Glücksphilosophie des *Albert Camus*. Der Existenzphilosoph beschreibt wie kein anderer die absurde Befindlichkeit des heutigen Menschen. Er konstatierte, dass der Mensch auf sich selbst gestellt ist und ohne einen das Heil verbürgenden Gott aus eigener Kraft dafür Sorge tragen muss, dass sein Leben nicht umsonst ist.

Camus gelangt in seinen jungen Jahren über die Liebe zur Natur zu der Einsicht, dass er sich gegen die Vergänglichkeit nicht auflehnen soll, sondern seine Sterblichkeit als zum Leben hinzu gehörig akzeptieren muss, und dies macht den Gedanken des Todes erträglicher. Zwar werden die hinreißenden Bilder der Welt endgültig verloren gehen, aber wenn es ein erfülltes Leben ist, ein in jedem seiner Momente geglücktes Leben, dann steht am Ende nicht das große Bedauern über verpasste Chancen, sondern nur noch das Bedauern darüber, dass sich die Reihe der glücklichen Augenblicke nicht mehr fortsetzen lässt.

Camus' Einstellung zum Tod hat also ganz wesentlich die Liebe zur Natur – und in diesem Sinne zu allem Lebendigen – zur Voraussetzung. Der Mensch findet zu sich selbst, wenn er sich auf die Natur als großen lebendigen Organismus einlässt. Indem er darin seine Endlichkeit zugleich fühlt und überwindet, lebt er ganz im Augenblick.

Die von Camus geschilderte ekstatische Selbsterfahrung des Menschen mündet später in die Charakterisierung des absurden Menschentypus. Der absurde Mensch begreift sich als aus der Natur, ja aus dem Kosmos insgesamt heraus gefallen, und es gelingt ihm nicht mehr, sich in diesen zu integrieren, weil ihm aufgegangen ist, dass er noch andere als sinnliche Bedürfnisse hat. Als rationales Wesen hat er auch geistige Ansprüche, die in der berausenden, aber auch betäubenden Erfahrung der Natur keine Befriedigung finden. Der Geist verlangt nach einer anderen Erfüllung, nach einem bleibenden Sinn, der sich im körperlichen Genuss nur vorübergehend einstellt. Die Natur erweist sich für den Geist als das Fremdartige, ja Feindselige, das umso schmerzlicher empfunden wird, als diese Zerrissenheit auch die menschliche Natur durchzieht. Der Mensch fühlt sich nach Camus aus sich selbst verstoßen.

Der Ausweg, den Camus im *Mythos des Sisyphos*, in der Figur des unverzagten und unermüdlich seinen Stein wälzenden Sisyphos, beschreibt, besteht darin, den Kampf gegen das Absurde aufzunehmen und dem Widersinn der *conditio humana* das Recht auf einen umfassenden Sinn entgegenzuhalten: „Der absurde Mensch [...] erkennt den Kampf an, verachtet aber keineswegs die Vernunft und gibt das Irrationale zu. Er beachtet also Erfahrungstatsachen und [...] weiß nur, dass in dieser aufmerksamen Bewusstheit für die Hoffnung kein Platz mehr ist.“ (Camus 1959, zit. n. Pieper 2001, 91) Camus spricht von einer absurden Erfahrung, die die einzige Konsequenz aus der Erkenntnis der Unaufhebbarkeit der Absurdität des Daseins zieht. Sisyphos, der Prototyp des absurden Menschen, hat infolge seiner Verachtung der Götter eine neue Form der Liebe entdeckt, die sowohl seinen Sinnen als auch seinem Geist Befriedigung verschafft: Nachdem ihn die Götter für seine frevelhafte Liebe zu den Menschen, denen er Unsterblichkeit verschaffen wollte, bestraften und ihn und seine Umwelt zum nicht Liebenswerten erklärten, gelingt es ihm dennoch, diesen Makel auszulöschen, indem er die Götter durch seine Verachtung aus seinem Wertbewusstsein ausblendet. Der Stein wird wertvoll durch den Sinn, den Sisyphos ihm durch sein Tun abringt. Aus dem Kampf gegen den Stein ist ein Kampf mit dem Stein gegen die absurde Befindlichkeit des Menschen geworden. Camus schreibt am Ende des Werkes: „Wir müssen uns Sisyphos als einen glücklichen Menschen vorstellen.“ (ebd., 93)

Er schreibt in sein Tagebuch: „Das größte Unglück besteht nicht darin, nicht geliebt zu werden, sondern nicht zu lieben.“ (Camus 1991, zit. n. Pieper 2001, 94) Wer liebt, bringt einen Sinn in die Welt und trägt aktiv zu seinem Glück bei, so dass er es verschmerzen kann, wenn er keine Gegenliebe findet. Dieses Unglück zu vermeiden, liegt nicht in seiner Hand, sehr wohl aber die Möglichkeit, durch liebende Zuwendung zu den Menschen und den Dingen der Absurdität des Daseins ein neues Antlitz zu zeigen.

Aus existenzanalytischer Sicht könnten wir die Tragik des Sisyphos darin sehen, dass er sein eigenes Person-Sein vernachlässigt, indem er das Glück primär über die Emotionalität zu erlangen sucht. Die Auflehnung des Sisyphos und letztlich auch seine trotzige Liebe zum Stein sind die Ant-

wort auf eine Kränkung, denn Sisyphos fühlt sich im Grunde als Person von den Göttern zurückgewiesen. Doch Sisyphos kann nicht trauern. Ihm gelingt keine personale Antwort, denn er respektiert sich selbst nicht als Person, er achtet seine Würde nicht. Und so kann er sich niemals endgültig abwenden. Ohne zu trauern bleibt Sisyphos für immer in gekränkter Wut, in auflehnendem Trotz gefangen und gerät in immer tiefere Schwermut und Erschöpfung. Das Glück des Sisyphos erscheint als ein den Menschen grenzenlos überforderndes. Diese Überlegungen führen uns zu den Themen der dritten Grundmotivation.

Glück und Person-Sein: Der Trend zum „a-personalen Hedonismus“

Die dritte Grundmotivation nach Längle, das *Sosein-Dürfen*, bezieht sich auf die Person, die der Mensch ist, ohne sie gemacht zu haben oder festlegen zu können. Er kann sich nur immer neu finden und sich zu sich als Person stellen. Psychologisch gesehen geht es hier um die Dynamik Wertschätzung erhalten/Wertschätzen.

Personales Wohlbefinden: Personale Aktivität versus Personale Passivität

Die Ebene „Personale Aktivität – Personale Passivität“ repräsentiert den personalen Aspekt der Lebensqualität.

Der „personalen Passivität“ liegt eine Erwartungs- und Konsumhaltung dem Leben gegenüber zugrunde. Das Erleben von Leere und Sinnlosigkeit ist von einer flachen Emotionalität geprägt, es herrscht ein Zustand des ziellosen Suchens, ein „Erlebnishunger“ vor. Die Erfahrung der „personalen Aktivität“ stellt die hierzu komplementäre Dimension dar. Sie trägt Züge des *flow*-Erlebens (Csikszentmihaly 1985), in dem Emotionen und Kognitionen mit einander korrespondieren, wenn Absicht und Ziel einer Handlung zusammenfallen. Dies wird als Freude, Zuversicht und Optimismus erfahren.

„Personal aktiv“ erfährt sich der Mensch vor allem in der aktiven Bewältigung von Schwierigkeiten, in der Verwirklichung eigener Ideen, im kreativen, schöpferischen Tun. Die Person kann ihr Leben selbst steuern. Im Negativen stellt die Erfahrung innerer Leere, Sinnlosigkeit und Einsamkeit einen häufigen Anlass für eine Psychotherapie dar. Die Person ist den Umständen ausgeliefert und kann das eigene Leben nicht steuern.

In der Geschichte der abendländischen Glückswege drückt sich der Wille zum Selbst-Sein, zum Person-Sein in Freiheit und Verantwortung am ehesten in einer von Annemarie Pieper als *ethische Lebensform* bezeichneten Auffassung von Glück aus, nämlich in einer Orientierung an einem eudämonistischen Glück.

Die ethische Lebensform: das eudämonistische Glück

Im griechischen Wort *eudaimonia* steckt die Bedeutung „einen guten Dämon bzw. Geist haben“. Glücklich ist der, dem die Gottheit wohl gesonnen ist. Wohl gesonnen ist die Gottheit jedoch nur dem, der sich wohlgefällig verhält, in-

dem er gut handelt. Damit schließt sich der Kreis: Wer gut handelt, hat einen guten Dämon, der sich bei ihm wohl fühlt, und ist dadurch glücklich.

Platon hat diese Idee am Ende des Dialogs *Politeia* im Mythos von der Wahl der Lebensform zu veranschaulichen versucht, nämlich dass ich mich so, wie ich bin, selbst gewählt habe: Mit der individuellen Lebensform hat die Seele vor ihrer (mythologischen) Wiederverkörperung auch den entsprechenden Dämon gewählt, der dafür Sorge tragen wird, dass der Einzelne von seiner Grundsatzentscheidung und damit von seinem Charakter nicht mehr abweichen kann.

Platon sieht die Eudämonie in der Gerechtigkeit, und diese besteht für ihn darin, dass jeder das Seine tut. So geht es dem Staat dann wohl, wenn jeder Stand sich darauf beschränkt, die ihm von der natürlichen Ordnung zugewiesene Aufgabe zu erfüllen. In analoger Weise ist der Einzelne dann glücklich, wenn jeder seiner Seelenteile sich mit seiner natürlichen Funktion begnügt, was insbesondere heißt, dass die Vernunft die Leitung innehat, wie auch im glücklichen Staat die Philosophen die Könige sind (Hossenfelder 1998, 176ff.).

Auch Kant plädierte für eine ethische Lebensform und eine leidenschaftslose Beurteilung dessen, was zu tun ist. Kant hebt das Bewusstsein des Menschen hervor; nichts, was der Mensch tut, geschieht ohne Bewusstsein. Entsprechend versteht er unter Glückseligkeit „das *Bewusstsein* eines vernünftigen Wesens von der Annehmlichkeit des Lebens, die ununterbrochen sein ganzes Dasein begleitet.“ Der Mensch will nicht nur, sondern er weiß auch, was er will. Entscheidend ist dabei jedoch, dass das Glücksstreben als solches nicht zur Disposition steht, da es eine empirische Tatsache ist, dass alle Menschen nach Glück streben. Das Glücksstreben ist dem Menschen durch seine Natur gewissermaßen einprogrammiert.

Nach Kant ist der Mensch nur wahrhaft Mensch, indem er sich selbst ein Gesetz (*autos nomos*) geben kann und als autonomes Wesen seine Freiheit unter Beweis stellt. In dem Maß, in welchem der Mensch nach Glück strebt, ist er unfrei, da er die Ziele, die er anstrebt, um glücklich zu werden, unter das Diktat der Natur gesetzt hat. Nur wenn es ihm gelingt, unabhängig von der Natur, und das bedeutet: ohne Rücksicht auf sein Glücksverlangen, mit Hilfe der praktischen Vernunft eigene Zielvorstellungen zu entwickeln, wirft er die Fesseln der Natur ab und wird zum Gesetzgeber seines Willens.

In solchen Fällen, wo Pflicht und Neigung miteinander konkurrieren und den Willen in verschiedene Richtungen ziehen, muss das Glück hintangestellt werden. Wer ein im Sinn der Sittlichkeit gutes, aber glückloses Leben geführt hat, hat sich um das Glück verdient gemacht und ist damit des Glückes würdig.

Obwohl eine gerechte Zumessung des Glücks nicht in unserer Gewalt ist, so besteht nach Kant gleichwohl die berechtigte Hoffnung, dass es einen Gott gibt, der für den Ausgleich dereinst sorgen wird. Kant spricht in diesem Zusammenhang von einem moralischen Gottesbeweis: „Es ist moralisch notwendig, das Dasein Gottes anzunehmen“, dessen Allmacht und Güte die Menschen darauf vertrauen lassen, dass ein sittliches Leben sich auch unter dem Gesichtspunkt der Sinnlichkeit und der ihr zugestanden Glückseligkeit lohnt.

Die ethische Lebensform rückt die Eigenverantwortung des Individuums in der freien Gestaltung seines Lebens in den Mittelpunkt. Auf diesem Hintergrund definiert die Existenzanalyse die Frage der Ethik als Thema der 3. Grundmotivation. Dabei spielt das Bewusstsein der eigenen Freiheit die zentrale Rolle. Dieser Gedanke wird von Hegel weiter geführt.

Hegel postuliert die Zielgerichtetheit alles Geschichtlichen. Seine Kritik an Kant bezieht sich auf die innere Zerrissenheit, die das zwischen Sein und Sollen sich aufreibende „unglückliche Bewusstsein“ kennzeichnet. Aus Hegels Sicht ist diese Stufe in der Evolution zwar notwendig, aber nicht wie für Kant ein unüberwindliches Faktum, sondern ein Durchgangsstadium, das durchschritten und überwunden werden muss, um zum glücklichen Bewusstsein zu gelangen, das sich durch und durch transparent geworden ist und den Widerspruch, durch den es unglücklich geworden ist, aufhebt.

In der *Phänomenologie des Geistes* rekonstruiert Hegel die „Geschichte der *Bildung* des Bewusstseins“, indem er die Etappen schildert, die das natürliche, sinnliche Bewusstsein über das Selbstbewusstsein, die Vernunft und den Geist bis hin zum absoluten Wissen zurücklegt. Mit fortschreiten der Entwicklung macht der Verstand die Erfahrung, dass die vermeintlich objektiven Unterschiede, die er an den Gegenständen feststellt, nicht diesem selber anhaften, sondern vielmehr Reflexionsbestimmungen sind, mit denen der Verstand den Prozess des Verstehens strukturiert. Sie kennzeichnen die Art und Weise, wie der Verstand Gegenstände denkt. Diese Erkenntnis sprengt die naive Selbstgewissheit, die Dinge eins zu eins so erkennen zu können, wie sie an sich, unabhängig vom Verstand beschaffen sind.

Nach dem gleichen Schema wie die Selbstaufklärung des Verstandes über die Wahrheit theoretischen Wissens verläuft die Selbsterhellung der praktischen Vernunft, die Hegel durch die berühmte Analogie von Herr und Knecht erläutert. Die autonome Vernunft als Herr ordnet an, was die Sinnlichkeit als die dienende, instrumentelle Vernunft zu tun hat, die durch Begierde und Genuss den Kontakt zur Realität aufrecht erhält, während der Herr seine Freiheit kultiviert, sich dabei aber immer mehr dem von ihm abgespaltenen Teil und damit der Realität entfremdet. Der Widerstreit, den Herr und Knecht in der praktischen Vernunft austragen, darf nach Hegel am Ende keinen Sieger haben. Hegel wirft Kant vor, den Herrn zum Sieger erklärt und das Glück des Knechts dem individualitätslosen Allgemeinen aufgeopfert zu haben. Doch der kategorisch gebietende Herr „Vernunft“ ist auf die Dienste des Knechts angewiesen; auch er ist Knecht und sieht sich in Bezug auf seine Abhängigkeit von dessen Arbeit genötigt, seinen Knecht als Herrn anzuerkennen. Damit ist der Gegensatz zwischen Herrschaft und Knechtschaft aufgehoben; die einstigen Kontrahenten anerkennen einander als ebenbürtig. Gleichzeitig verschwindet der Gegensatz zwischen Sollen und Sein, weil die praktische Vernunft begreift, dass sie selbst es war, die ihr Interesse an einem totalen Sinn aufspaltete in ein allgemeines, aber der Wirklichkeit entzogenes Sittengesetz auf der einen Seite und eine vorhandene, aber sinnentleerte Wirklichkeit auf der anderen Seite.

Im Zuge der Erfahrung, die das Bewusstsein mit sich selbst

macht, ändert es nicht nur sich selbst mitsamt dem Gegenstand seines Wissens, sondern auch seine Vorstellungen vom Glück. Hat es anfänglich – als natürliches Bewusstsein – das Glück an die Befriedigung seiner sinnlichen Begierden geknüpft, so wird ihm dieses Glück auf der Stufe der Vernunft zweifelhaft, da es sich damit von etwas Äußerlichem, ihm Unverfügbaren abhängig macht: dem Zufall. Das Glück, das sich am Ende des Selbstaufklärungsprozesses im total transparent gewordenen Bewusstsein einstellt, ist von einer anderen Qualität als das ursprünglich für das Glück Gehaltene. *Hegel* spricht von „Seligkeit“. Seligkeit verdankt sich der Freiheit des Geistes, der den Willen zum Urheber gelingender Praxis macht. In der Seligkeit ist das Glück *aufgehoben*: *negiert* als etwas, das der Vernunft ohne eigenes Zutun zustößt oder nicht zustößt, und gleichzeitig *aufbewahrt* als Genuss. Dieser Genuss ist jener Selbstvollzug, in welchem das Bewusstsein sich „als absoluter Geist betätigt, erzeugt und genießt“.

Hegels schöpferische Kraft des Bewusstseins, das sich in seiner Annäherung an den absoluten Geist „selbst betätigt, erzeugt und genießt“, kann man auch als den „Genius des Menschen“ bezeichnen. Aus existenzanalytischer Sicht stellt dieser „Genius“ eine spezifisch menschliche Möglichkeit dar, die den Menschen in der Entwicklung seines Person-Seins zu einzigartigen, kreativen Leistungen befähigt. Person-Sein ist jedoch immer an den Dialog mit einem Du geknüpft. Die Gefahr dieser Lebensform liegt demnach in der Verfehlung des Dialogs. In diesem Sinn entspricht dem *Hegelschen* dialektischen Prozess als Prinzip der Entwicklung des Bewusstseins vom natürlichen Bewusstsein zum glücklichen Bewusstsein auf der Ebene der Person das „dialogische Prinzip“, und zwar als Grundlage von Reifung und Entwicklung zum Person-Sein, das der jüdische Philosoph *Martin Buber* in den Worten ausgedrückt hat: „Das Ich wird erst am Du zum Ich“ (Buber 1977).

Das „glückliche Bewusstsein“ auf der Ebene der Person wäre vielleicht so etwas wie Selbstannahme, die sich in einer Lebenszufriedenheit auf Basis von Selbsterkenntnis ausdrückt, im Erkennen und Annehmen der eigenen Grenzen. Ein Ja zum eigenen So-Sein schließt das Ja zum anderen mit ein und könnte zu echtem Frieden führen, der durchaus *Hegels* „Seligkeit“ nahe kommen mag.

Bleibt der Dialog aus, kann die Entwicklung jedoch geradezu ins Gegenteil führen: in narzisstische Selbstbespiegelung und unrealistische Selbstüberhöhung, die über die Wahrnehmung des Eigenen und der anderen täuscht und den Menschen in Illusionen bestärkt. Wenn das Person-Sein nicht genügend entwickelt ist, tritt an seine Stelle ein aufgeblähtes „Ego“, das beziehungslos in sich selbst gefangen bleibt. Dies führt oft zur Entwicklung von diversen Süchten. Auf sozialer Ebene führt dies zu Ausbeutung und Machtmissbrauch.

Mit den Themen der dritten Grundmotivation scheinen wir auch geistesgeschichtlich vollends in der Moderne angelangt zu sein. *Erich Fromm* beschreibt den *Homo consumens* als Gesellschaftscharakter des 20. Jahrhunderts: „Der *homo consumens* ist der Mensch, dessen Hauptziel es ist, Dinge nicht bloß zu besitzen, sondern immer mehr zu konsumieren, um auf diese Weise seine innere Leere, Passivität und Angst zu kompensieren. Der *homo consumens* lebt in der

Illusion, glücklich zu sein, während er unbewusst unter Langeweile und Passivität leidet. Je mehr er konsumiert, um so mehr wird er zum Sklaven der ständig wachsenden Bedürfnisse. Er verwechselt Sensationslust und aufregende Erlebnisse mit Freude und Glück und materiellen Komfort mit Lebendigkeit [...] Die Freiheit zu konsumieren wird zum Wesen der menschlichen Freiheit.“ (Fromm 1985, 28) Das Thema „Sucht“ bildet die Überleitung zur 4. Grundmotivation.

Glück als erfülltes Leben: Die Faszination ontologischer „Sinn-Konstrukte“

Längle nennt die vierte Grundmotivation: *Sinnvoll-Leben*. Sie bezieht sich auf den Anruf der Situation, in der der Mensch jeweils steht, und auf das Verständnis der Zusammenhänge, in denen er sein Dasein und die Welt begreift.

Existentielles Wohlbefinden: Existentielle Erfüllung versus Existentielle Leere

Die beiden Dimensionen „Existentielle Erfüllung“ und „Existentielle Leere“ bilden den erlebnismäßigen Anteil der vierten Grundmotivation ab. Während die „Existentielle Leere“ eine akute Krisenerfahrung darstellt, repräsentiert die Dimension „Existentielle Erfüllung“ seltene Glücksmomente, die von Glücksforschern auch als „Höhepunkterlebnisse“ bezeichnet werden („*peak experiences*“ nach *Maslow*).

Die positive Dimension „Existentielle Erfüllung“ bildet den *ontologischen Sinn* auf der Erlebnisebene ab und trägt den Charakter einer quasi-religiösen Erfahrung, eines ozeanischen Gefühls, der Leichtigkeit, des Durchblicks, der ekstatischen Erfahrung, des Ganzheitserlebens. In ihr drückt sich eine Dynamik des Aufgehens aus, eine Erfüllung, die prozesshaft geschieht und Grenzen überschreitet. Diese Erfahrungen tragen Züge des Rauschhaften und werden von Suchtkranken praktisch ausschließlich mit Hilfe des Suchtmittels erlebt. Aber auch die intensive Identifikation mit einer esoterischen Heilslehre oder einem Guru kann zu diesem „rauschhaften Glückserleben“ verhelfen.

Das Streben nach diesem Empfinden ist eine grundlegende Sehnsucht im Menschen, aber aus Sicht der Existenzanalyse lässt sich diese Glückserfahrung nicht direkt anstreben. Wie ich am Beginn des Vortrags erwähnt habe, ist existentielle Erfüllung ja nicht als Zustand, als momentane Empfindungsqualität zu fassen, sondern als Prozess zu verstehen – als ein Leben, das um seiner selbst willen gelebt wird, oder als Leben mit innerer Zustimmung, wie *Alfried Längle* dies ausdrückt. Aus existenzanalytischer Sicht muss der Mensch die Möglichkeit, Erfüllung konkret zu empfinden, in einer Haltung der *Weltoffenheit* freigeben – letztlich kann er diese Erfahrungen nicht „machen“, ohne gleichzeitig einen Suchtmechanismus zu bedienen.

Der Wille zum Sinn findet in der Kulturgeschichte des Abendlandes – wie auch in anderen Kulturen – vor allem in einer religiös-kontemplativen Lebensform seinen Ausdruck. *Annemarie Pieper* beschreibt die Emanationslehre des *Plotin*, die Idee des Gottesstaates von *Augustinus* und den Weg des

Mystikers *Meister Eckhart*. Ohne hier näher auf die verschiedenen Ausprägungen der von *Pieper* als religiöse Lebensform bezeichneten Glückswege einzugehen, möchte ich in diesem Zusammenhang auf *Alfried Längles* Unterscheidung zwischen existentiell und ontologischem Sinn hinweisen (vgl. Längle 1994).

Im existentiellen Sinnverständnis nach *Längle* steht am Ende Gott offen. Existentieller Sinn ist „als ein Zuarbeiten auf die Vergrößerung des Lebenswertes zu verstehen, ohne dass darin zwingend ein religiöses Verstehen enthalten wäre.“ (Längle ebd.)

Die Unterscheidung zwischen ontologischem und existentiell Sinn kann in Bezug auf die Beurteilung religiöser Glückswege eine wertvolle Differenzierung leisten, indem sie dem Einzelnen ermöglicht, sich zu fragen, in welchem Maß seine Beziehung zum Transzendenten eher einem „Sinn-Gespür“ entstammt – inwieweit für ihn Sinn eine „existentielle Erfahrung“ als ganze Person, ein „Ja“ auf allen Seins-ebenen darstellt – oder inwieweit er einem „Sinnglauben“ folgt, dem es an existentieller Fülle mangelt.

In allen religiösen Lebensformen sind beide Sinnzugänge enthalten. Allerdings baut der Weg des religiösen Glaubens, wie er etwa bei *Augustinus* beschrieben wird, in stärkerem Maß auf dem ontologischen Sinn auf als etwa der Weg der Mystiker wie bei *Meister Eckhardt* und anderen, die die „spirituelle Erfahrung“ betonen.

Die traditionellen religiösen Lehren stellen für viele Menschen der Gegenwart möglicherweise auch deshalb keinen Anreiz mehr dar, weil sie sich in existentiellen Sinn-Fragen nicht begleitet fühlen und gleichzeitig die bekannten ontologischen Sinn-Antworten ablehnen.

Umso stärker ist die Faszination esoterischer Lehren geworden. Bei genauerem Hinsehen geraten die Esoterik-Anhänger aber doch wieder in dieselbe Not, der sie in der Abwendung von einer traditionellen Religion doch entkommen wollten. Oft sind es lediglich (andere, neue) Alternativen zu traditionellen Religionen, die ihre Anziehungskraft aus dem Neuen und Unbekannten beziehen. Der eklektische Umgang mit Versatzstücken aus vorwiegend östlichen Religionen wie Buddhismus, Taoismus in Kombination mit Astrologie, Reinkarnationslehre und anderen esoterischen Systemen führt bei vielen postmodernen Menschen zu einer quasi „selbst gebastelten Privatreligion“, die lediglich ein „Sinn-Konstrukt“ abgibt, in denen der Mensch Antworten zu erhalten sucht, die er jedoch nur durch sein Leben *existentiell* verwirklichen kann. Sich einem solchen Sinn-Konstrukt anzuvertrauen, ohne sich den persönlichen Daseinsthemen und -problemen zu stellen, kann früher oder später zu Enttäuschungen oder gar Abhängigkeiten führen.

Insbesondere wenn man die suggestiven Auftritte charismatischer Prediger vor Scharen entrückter Anhänger vor Augen hat, erkennt man die Gefahr, die wohl prinzipiell in jeder Religion liegt, wenn sie nicht die Fähigkeit zum authentischen Person-Sein fördert. Mit dem Hinweis auf die Möglichkeit einer „kollektive Neurose“ durch die Religion hat *Sigmund Freud* einen Bann gebrochen und eine Auseinandersetzung um längst notwendige Fragen eingeleitet. Etwa

hundert Jahre später erleben wir in verschiedenen Teilen der Welt die drastischen Auswüchse einer derartigen auf Fanatismus und Manipulation aufbauenden Pseudo-Religiosität, sei es im hoch industrialisierten Amerika oder in den technologisch und zivilisatorisch rückständigeren Gebieten der islamischen Welt.

Auf die Frage nach dem Glück gibt jedenfalls weder die Philosophie noch die Psychotherapie und auch nicht die Religion eine allgemein gültige Antwort; diese muss selbst gefunden werden: Jeder ist seines Glückes Schmied.

Literatur

- Bentham J (1833/1966) Prinzipien der Gesetzgebung. Vaduz: Topos
Bentham J (1975) Eine Einführung in die Prinzipien der Moral und der Gesetzgebung. In: Höffe D (Hg) Einführung in die utilitaristische Ethik. Klassische und zeitgenössische Texte. München, 35-58
Bien G (1998) Über das Glück In: Schummer J (Hg) Glück und Ethik. Würzburg: Königshausen und Neumann, 23-46
Buber, M (1977) Ich und Du. Heidelberg: Lambert Schneider
Camus A (1959) Der Mythos von Sisyphos. Ein Versuch über das Absurde. Reinbek
Camus A (1966) Gesammelte Erzählungen. Reinbek
Camus A (1991) Tagebuch 1951-1959. Reinbek
Csikszentmihalyi M (1985) Das flow-Erlebnis. Jenseits von Angst und Langeweile: im Tun aufgehen. Stuttgart: Klett Cotta
Epikuros (1967) In: Diogenes Laertius. Leben und Meinungen berühmter Philosophen, Band 2. Hamburg, 223-295
Freud S (1953) Abriss der Psychoanalyse. Das Unbehagen in der Kultur. Frankfurt: Fischer
Fromm E (1985) Über den Ungehorsam. München: dtv
Görtz A (2007) Existentielle Lebensqualität. Über die Messbarkeit von Glück und Wohlbefinden. Saarbrücken: VDM
Hossenfelder M (1998) Die Rolle des Glücksbegriffs in der Moralphilosophie. In: Schummer J (Hg) Glück und Ethik. Würzburg: Königshausen und Neumann
Längle A (1994) Sinn-Glaube oder Sinn-Gespür? Zur Differenzierung von ontologischem und existentiell Sinn in der Logotherapie. Bulletin der Gesellschaft für Logotherapie und Existenzanalyse, 11/2, 15-20
Längle A (1999) Existenzanalyse – Die Zustimmung zum Leben finden. Fundamenta Psychiatrica, 12, 139-146
Nietzsche F (1980) Ecce Homo. In: Sämtliche Werke. Kritische Studienausgabe, Bd. 6. Berlin
Pieper A (2001) Glückssache. Die Kunst, gut zu leben. Hamburg: Hoffmann und Campe
Schlick M (1984) Fragen der Ethik. Frankfurt: Suhrkamp
Seel M (1998) Wege einer Philosophie des Glücks. In: Schummer J (Hg) Glück und Ethik. Würzburg: Königshausen und Neumann, 109-124

Anschrift der Verfasserin:

Dr. Astrid Görtz

Einwanggasse 23/11, 1140 Wien

mail: astrid.goertz@existenzanalyse.org

Vortrag vom Kongress der GLE-Ö zum Thema „Zum Glück bräucht der Mensch Sinn“, September 2008 in Bregenz.