

Glück ist, was man sich erspart hat

Wir sind von der Idee geprägt, dass Glück etwas ist, was dazukommt.
Viktor E. Frankl sah das ganz anders.



Glück hat viel mit Dankbarkeit zu tun.

Auf den ersten Blick ist der Satz von Viktor E. Frankl schlicht und einfach irritierend. "Glück ist, was einem erspart bleibt." Ist das nicht viel zu negativ gedacht? Ist Glück nicht etwas, was "dazu kommt", was uns zum "normalen Leben" noch geschenkt wird? Ein Bonus, etwas ausgesprochen Wohltuendes, etwas jedenfalls, das positiv überrascht hat, das dem Leben einen Glanzpunkt aufsetzt. Man muss ja nicht gleich an den großen Lottogewinn denken, von dem ja vielfach auch erzählt wird, dass er die Betroffenen am Ende nicht wirklich glücklich gemacht hat. Ganz nach dem Motto "Wie gewonnen, so zerronnen".

Dass Glück etwas sei, was auf den Alltag "oben drauf kommt", gleichsam die Ausschüttung einer Dividende, sitzt als Erwartungshaltung tief in der Seele des Menschen. Glück wäre demnach eine gelungene Beziehung, Glück wären Kinder, die gut heranwachsen, Glück wäre das Geschenk, in einem friedlichen und demokratischen Gemeinwesen leben zu dürfen, Glück wäre, bei guter Gesundheit ein hohes Alter zu erreichen.

Genau an diesem Punkt, an der Gesundheit, zeigt sich aber, wie leichtfertig wir vom vermeintlich Selbstverständlichen ausgehen. Wir sagen zwar "Hauptsache gesund", ein geflügeltes Wort, in dem immerhin mitschwingt, dass es auch ganz anders sein könnte. Aber nehmen wir das auch ernst, dass Gesundheit absolut nicht selbstverständlich ist, und dass wir jeden Tag dafür dankbar sein müssen, wenn uns wieder ein Tag ohne Krankheit geschenkt ist? Oder leben wir so, wie es der Logotherapeut Alexander Batthyány von einer Patientin berichtet, die soeben eine lebensbedrohende Diagnose bekommen hat und sich nun über die Sorglosigkeit der Menschen wundert, in der sie bis zu diesem Augenblick auch selbst gelebt hatte. Die Frau sprach von einer "unerlebten Fröhlichkeit" der anderen, der gesunden Menschen, die gar nicht mehr wahrnehmen würden, wie sorglos sie durch die Einkaufsstraßen flanierten.

"Jeder, der geboren wird, besitzt zwei Staatsbürgerschaften, eine im Reich der Gesunden und eine im Reich der Kranken", sagte die US-amerikanische Autorin Susan Sontag in der jahrelangen Auseinandersetzung mit ihrer Krebserkrankung. Und weiter: "Krankheit ist eine Nachtseite des Lebens, eine eher lästige Staatsbürgerschaft." Eine, von der man am liebsten nicht wahrhaben möchte, dass sie zum Leben in der doppelten Staatsbürgerschaft dazugehört.

Glück ist demnach, was einem erspart bleibt an Krankheiten, an Unfällen und Unglücksfällen, an körperlichen oder seelischen Beeinträchtigungen. Oder jetzt, im dritten Lockdown, an Arbeitslosigkeit, an existenzieller Bedrohung, an verschütteten Zukunftsplänen, an den um sich greifenden Depressionen. Jeder Mensch, der jetzt unmittelbar von diesen grausigen Folgen der Pandemie betroffen ist, sollte sich wenigstens unserer Anteilnahme und vor allem einer stützenden gesellschaftlichen und politischen Solidarität gewiss sein dürfen. Der Anstoß dazu, diese direkt Betroffenen nicht hängen zu lassen, kann von dem Gedanken gespeist werden, dass es absolut nicht selbstverständlich ist, wenn einem erspart bleibt, ohne solche Not durch diese bedrückende Zeit zu kommen.

"Wir gewöhnen uns manchmal so sehr an das, was wir haben - und sind oft im selben Ausmaß so beschäftigt mit dem, was wir gerne hätten oder haben zu müssen glauben, dass die Dankbarkeit für das Gelungene, Heile, Gute atrophiert, also unversorgt wird und abstirbt", schreibt Batthyány in seinem Buch "Logotherapie und Existenzanalyse heute". Und dann sei es oftmals das Bedrohtsein oder der Verlust des bis dahin als selbstverständlich Hingenommenen, die uns vor Augen führten, wie beschenkt wir die ganze Zeit gewesen seien. "Und wie blind für das Schöne, Gute und Gelungene wir womöglich diese ganze Zeit über waren."

Glück ist, so könnte man den Satz von Viktor E. Frankl in eine Formulierung wenden, die eher als positiv empfunden wird, die Gabe der Dankbarkeit zu haben und sie an dem nicht Selbstverständlichen zu pflegen. "Wer dankbar ist, blüht auf", schreibt Bruder David Steindl-Rast in seinem Buch "[Einladung zur Dankbarkeit](#)". Sein Leben werde einfacher und schöner, wertvoll und kreativ. "Wer in der Haltung der Dankbarkeit auf das schaut, was ihm in den anderen Menschen begegnet, für den wird alles zu einem Geschenk und zu einer Quelle der Freude und des Friedens. Es gibt jeden Tag genügend Gelegenheit zu danken. Das zu sehen und wahrzunehmen ist der Kern aller Spiritualität und der einfachste Schlüssel zu dauerhaftem Glück."