

## Liebe // warum uns wahres Glück zu Füßen liegt

Seit der Rückkehr aus Südamerika weiß ich mehr denn je, wie gut es uns in Deutschland geht. Hier ist nicht der Mangel das Problem, sondern der Überfluss, der so flüssig fließt, dass er alles durchdringt und doch selten irgendwo bleibt. Wenn Wohlstand keine Fülle mehr ist, stiftet er aus sich selbst heraus eine bittere Leere. Dabei haben wir alles, was wir brauchen. Etwas zu viel davon vielleicht. Und vielleicht ist genau das das Problem. Weniger wäre manchmal mehr.

Den meisten von uns geht es so gut, dass sich das Dasein längst nicht mehr um das nackte Überleben dreht, sondern darum, sich selbst zu optimieren und zu perfektionieren und möglichst viel Glück, Gewinn und Prestige aus der eigenen Lebensspanne herauszupressen – aus dem vergänglichen Sein etwas erschaffen, das bleibt.

Auf der Maslowschen Bedürfnispyramide stehen wir ganz oben. Doch ganz oben wird die Luft manchmal dünn. Man droht zu fallen, wenn man sich der darunterliegenden Stufen entzieht, nur, weil man meint, sie schon bewältigt zu haben – sie halten uns auch dort.

Wir sollten also nicht immer weiter nach oben streben wollen, sondern auch das pflegen, was uns trägt.

Natürlich wollen wir so glücklich wie möglich sein und deshalb suchen wir das Glück anhand individueller Werte in den verschiedensten Dingen, an den unterschiedlich-

sten Orten und durch die verrücktesten Aktionen.

*Doch bringt das ständige Größer, Weiter und Höher  
auch größeres, weiteres und höheres Glück?*

*Was ist, wenn das Empfinden von Glück viel einfacher geht?*

## **Auf der Suche zum Glück**

Mein Alltag rennt. Seit Jahren schon. Manchmal läuft er so schnell, dass ich nicht mehr hinterherkomme und er *mein* Leben fast unbemerkt zu seinem erklärt. Als würde es im Zeitraffer ablaufen, erkenne ich in der Rückschau nicht einzelne Tage, sondern nur Wochen oder Monate – Zeitspannen, in denen vereinzelte Ereignisse und Begegnungen wie Inseln aus dem Wasser hervortreten. Der Rest *verschwimmt* im weiten Ozean des Lebens, in dem so viele Momente treiben, die vielmehr an mir vorbeigezogen sind, als dass ich sie erlebt hätte.

*Wo versteckt sich das Glück, wenn der Alltag größtenteils aus  
Verpflichtungen und Anforderungen besteht und genauso viele  
kleine Tragödien wie bezaubernde Momente schreibt?*

*In der Fülle der Möglichkeiten?*

*Oder irgendwo dazwischen?*

*Oder zwischendurch, wenn ich gerade keine Zeit habe und auf  
mein Handy schaue?*

Mal wieder.

Und schon wieder.

Ich will schließlich nichts verpassen und bemerke nicht, wie viel ich genau dadurch verpasse.

Denn auf der Suche nach immer mehr, mit Blick in die Ferne auf das stets Nächste übersehe ich das, was unmittelbar vor mir liegt. Ich stolpere nur über das Jetzt – mehr habe ich mit dieser Zeitspanne nicht zu tun. Es will mich aufwecken, zum Hinfallen bringen, doch ich fang' mich mal wieder und gehe weiter, als wäre nichts

geschehen und habe das Jetzt schon weder übersehen.

Dabei führt der Weg ins Glück nicht durch einen riesigen Torbogen, der uns am Ende des Weges empfängt, sondern durch ein winziges Nadelöhr, das erst einmal gesehen werden möchte und gefunden werden will. Das oft so subtil und banal ist, weil es eben nicht irgendwo in der großen weiten Welt an einem ganz besonderen Ort auf uns wartet. Es sitzt weder auf der nächsten Stufe der Karriereleiter, noch tätowiert es sich durch tausende virtuelle *Likes* von fremden Menschen in unser Herz ein – jenes Glück ist flüchtig. Es ist zwar da, aber es setzt sich uns von außen auf, wie ein Hut, der dem kleinsten Windstoß nicht Stand halten kann.

Je ferner wir das Glück von uns suchen, umso weiter müssten wir reisen, weil wir es einfach nicht zu fassen bekommen. So, wie wir nur kurz einen besonderen Ort besuchen, besucht uns auch das Glück nur kurz. Es wird weiterreisen wie ein Fremder, den wir für wenige Stunden beherbergt haben. Alles geht miteinander in Resonanz – *und wieso sollten wir mehr bekommen, als wir geben?*

## **Das Glück liegt uns zu Füßen**

Das wahre Glück liegt meist unmittelbar vor uns. Oder morgens neben uns im Bett. Sitzt mit uns im Café, ruft an, wenn wir meinen, keine Zeit zu haben oder will uns besuchen, wenn wir den Alltag als zu voll empfinden. Es braucht unseren Rat, wenn wir lieber selbst einen hätten und fragt nach, wie es uns geht, wenn wir die eigene Antwort nicht kennen wollen. Es kocht für uns, deckt den Tisch, teilt seine Tränen, sein Lachen, sein Leben oder eine Lebensphase mit uns.

Das größte Glück sind unsere Beziehungen.

Die Menschen, die wir lieben.

Die Menschen, die uns lieben.

Es ist ganz egal, wo wir uns auf der Wohlstandsskala, der Karriereleiter oder der Social-Media-Rangliste befinden. Wir können uns noch so weit oben eingenistet haben – das Glück liegt uns zu Füßen. Und fängt uns sogar auf, wenn wir von ganz oben runterfallen.

(...)