

Name: Mona Emmy Wäsch

betreuender Lehrer: Herr Schlupkothén

Thema: Müssen wir glücklich sein wollen?

Müssen wir glücklich sein wollen?

Täglich versucht Werbung uns durch Produkte oder Angebote Glück zu verkaufen. Das Gefühl glücklich zu sein scheint das Begehrtestwerteste überhaupt zu sein. Inzwischen wird das kaum noch hinterfragt. Doch müssen wir tatsächlich glücklich sein wollen?

Um diese Fragestellung zufriedenstellend beantworten zu können, möchte ich sie zunächst nach meinem Verständnis definieren. Drei Komponenten fallen dabei besonders ins Gewicht:

Müssen wir glücklich sein wollen?

Der Begriff „müssen“ drückt eine Notwendigkeit aus, in diesem Fall die des glücklichen Zustandes. Es geht also keinesfalls um die Möglichkeit, nicht um das „können“, sondern um die Notwendigkeit dieses Zustandes, der nicht anders sein kann.

Müssen wir glücklich sein **wollen**?

Legt man das Augenmerk auf das „wollen“, erkennt man, dass es nicht nur um das Glücklichein an sich geht, sondern um die Frage, ob dieses überhaupt von uns erwünscht ist. Es steht außer Frage, dass ohne Unglück kein Glück entstehen und erfahren werden könnte und, dass kein Mensch durchgehend glücklich sein kann und sollte. Es ist unbedingt notwendig auch andere Emotionen zu erfahren, um eine Persönlichkeit und Präferenzen ausbilden zu können. Die Frage ist also nicht, ob man immer glücklich sein sollte, denn diese Frage kann man eindeutig mit nein beantworten, sondern ob dieser Zustand erwünscht sein muss. Auch das darf nicht aus dem Blick verloren werden.

Müssen wir (**immer?**) glücklich sein wollen?

Der Zeitaspekt wird in der Fragestellung nicht näher definiert, weshalb ich sowohl auf einzelne Momente als auch die Grundeinstellung eingehen werde. Allerdings denke ich, dass in beiden Fällen der Wunsch nach Glücklichein unbedingt vorhanden ist, auch wenn es Momente gibt, in denen man auf den ersten Blick glaubt, nicht glücklich sein zu wollen.

Diese These werde ich im Folgenden begründen:

Beim genaueren Betrachten der Frage, fällt eine weiterer Begriff auf, der einer Erklärung bedarf: Was ist Glück oder der damit verbundene Zustand des Glücklicheins? Können wir überhaupt wissen, was Glück ist und behaupten glücklich zu sein? Schließlich ist es bereits unwahrscheinlich, dass zwei Menschen dieselbe Definition haben, wenn sich selbst die großen Philosophen der Menschheit auf keine einheitliche Definition einigen können.

Platon beschrieb das Glücklichein als Gleichgewicht von Vernunft, Willen und Begehren, Epikur als das Empfinden von Lust und das Freisein von Unlust. Nach Augustinus von Hippo

kann Glückseligkeit nur durch Gott erreicht werden, während sie für Bertrand Russel von der Arbeit und den sozialen Beziehungen einer Person abhängig ist und somit in der Hand eines Jeden liegt.

Diese Positionen sind unterschiedlich, teilweise gegensätzlich, jedoch haben sie eins gemeinsam: Glück ist immer unbedingt erstrebenswert.

Gerade in der heutigen Gesellschaft ist das Streben nach einem Glücksgefühl täglich beobachtbar. Ständiger Konsum und durchgehende Unterhaltung ermöglicht Menschen schnell und ohne Anstrengung glücklich zu werden, auch wenn es bei Materiellem und Oberflächlichem ebenso schnell wieder vergeht. Menschen haben das Bedürfnis glücklich zu sein, aber nicht die Muße sich tiefgreifender damit zu beschäftigen.

Allerdings ist häufig auch der umgekehrte Fall zu beobachten, wenn jemand sich, selbst unter idealen Voraussetzungen, verbietet glücklich zu sein, aus Angst, dass dieser Glückszustand nicht von Dauer ist. Diese Ablehnung ist jedoch nicht einem mangelnden Bedürfnis an Glückseligkeit zuzuschreiben, es handelt sich dabei vielmehr um die Sorge nach dem Glückszustand unglücklich zu sein. Wer hoch steigt kann auch tief fallen, sagt ein deutsches Stichwort und fasst damit ein Folgenkonstrukt zusammen, vor dem viele Menschen Angst haben. Diese ziehen den Umkehrschluss, dass der nicht glücklich ist, sich demnach nicht auf einem Hoch befindet, auch nicht tief fallen. Man kann dieses Verhalten als Präventivmaßnahme werten, die dem vorbeugen soll, unglücklicher zu werden. Es soll kein Glück abgehalten werden, doch die Angst vor dem Verlust von Glück überwiegt.

Ähnlich verhält es sich in Situationen, glücklich zu sein unangemessen erscheint. Das kann verschiedene Ursachen haben: Der Tod eines geliebten Menschen, das Gefühl einem anderen geschadet zu haben und vieles anderes.

Die eigene Beteiligung an dem Fall ist nicht zwingend notwendig. Sobald man von dem Unglücksfall eines anderen, auch wenn es sich dabei um einen Fremden handelt, erfährt, hat man das Gefühl, Glückseligkeit sei unangemessen. Das bedeutet allerdings nicht, dass wir unser Bedürfnis nach Glückseligkeit aufgeben, stattdessen stellen wir es lediglich für den Moment, aus Respekt für den anderen oder die Situation, zurück. Jeder, der an einer Beerdigung teilgenommen hat, kann bestätigen, dass dort die Trauer und das Unglücklichsein, zwar angemessen sind, aber kein Zustand, in dem man gerne verweilt. Für den Moment erträgt man ihn aus Respekt und Anstand.

Ist man nicht das Opfer, sondern der Täter in einer Situation, kommt es oft zu derselben Verweigerung von Glück, durch ein schlechtes Gewissen. Man hat das Gefühl nicht glücklich sein zu dürfen, da man einer anderen Person dieses Privileg verweigert hat. Dennoch verspürt man das Verlangen danach glücklich zu sein. Alleine Schuld und Respekt für den anderen halten einen davon ab.

Im Falle des Todes eines geliebten Menschen, aber auch nach beispielsweise einem schlechten Tag oder falls man sich ungerecht behandelt fühlt, kann einen das Gefühl beschleichen unglücklich sein zu wollen. Man möchte das Recht haben unglücklich, wütend oder traurig zu sein. Auf den ersten Blick scheint dies jeder Art des Glückseligkeits zu entsagen, doch tatsächlich sind Phasen, in denen man sich erlaubt unglücklich zu sein, extrem förderlich für unser Glücksempfinden. Wird ein Druck, immer glücklich sein zu müssen, aufgebaut, führt dies zum direkten Gegenteil, da man alle anderen Emotionen unterdrückt und sich diese über die Zeit in einem aufbauen. Das macht krank und ist auf Dauer nicht möglich. Nimmt man sich stattdessen Zeit auch andere Emotionen zu verarbeiten, erlangt man schneller wieder einen

gesunden glücklichen Zustand. Andere Emotionen, sowie diese zu priorisieren ist demnach keine Verweigerung von Glück und kein fehlendes Bedürfnis danach. Im Gegenteil.

Eine weitere Situation, in der sich Menschen versagen glücklich zu sein, ist bei der Befürchten nicht mehr ernst genommen zu werden, weil sie glücklich sind. Unsere Gesellschaft verbreitet das allgemeine Bild, glückliche Menschen hätten keine Probleme, oder solche, die nicht ernst zu nehmen sind. Dies erschafft eine Konfliktsituation für viele Menschen, die glauben sich entscheiden zu müssen, ob sie glücklich sein wollen oder Glauben geschenkt bekommen. Doch natürlich haben auch Menschen mit einer schweren Geschichte das Bedürfnis glücklich zu sein, denn Glückseligkeit und Sorglosigkeit sind nicht austauschbar. Sollte beispielsweise jemand, der unter Depressionen leidet, einen außergewöhnlich guten Tag haben, bedeutet dies natürlich nicht, dass sich ihre Probleme mit einem Mal aufgelöst haben. Dasselbe gilt für jede Person und ihre individuellen Probleme.

Der letzte Punkt, den ich anführen möchte, ist der, in dem man sein eigenes Wohl und damit auf den ersten Blick auch Glückseligkeit für einen anderen, ein Prinzip oder eine größere Sache aufgibt.

Wenn man dem Wunsch eines anderen nachgibt, also zum Beispiel ins Kino geht, obwohl man ins Theater wollte, scheint man zunächst sein eigenes Unglück zu befördern. Das ist allerdings falsch, schließlich erlangt man durch das Glückseligkeit des anderen auch eine Zufriedenheit und ist glücklich, selbst wenn der eigene Wille nicht durchgesetzt wurde. Demnach stellt auch dies eine Beförderung der eigenen Glückseligkeit dar.

Nur etwas anders sieht es aus, wenn man aus Gerechtigkeit oder einer ähnlichen Motivation handelt, da in diesem Fall Pflicht eine Rolle spielt. Sollte man beispielsweise am Spieleabend die Spielauswahl einem anderen überlassen, da man selbst das letzte Mal entschieden hat, scheint auch dies zunächst unglücklich zu machen. Doch die Handlung nach einem Prinzip, wie beispielsweise Gerechtigkeit, welches man selbst für wichtig erachtet, macht einen stolz und glücklich. Es steht nicht die Glückseligkeit der anderen Person im Mittelpunkt, sondern das Gefühl das Richtige getan zu haben und im Reinen mit sich selbst zu sein.

Auch wenn man seine eigenen Präferenzen nicht für eine andere Person, sondern eine größere Sache zurückstellt, wie etwa, wie beim Gegenentscheid des Kaufes von fast-fashion, da diese schlechte Arbeitsbedingungen und Umweltverschmutzung zu Gunsten der Effizienz begrüßt, trägt zum eigenen Glückseligkeit bei.

Dies ist bei allen Taten, die etwas unterstützen, was wir für richtig halten, der Fall. Der Eindruck, man würde sich für den Moment für das Unglücklichsein entscheiden, trügt. Das Glück, welches durch Zufriedenheit mit sich selbst entsteht, da man seine Prinzipien tatsächlich umsetzt, währt viel länger als das, welches durch Konsum erlangt wird.

Betrachtet man diese Punkte, in denen man sich auf den ersten Blick gegen das Glückseligkeit entscheidet, so fällt auf, dass in keinem eine aktive Beförderung des Unglücklichseins stattfindet. Stattdessen ist es vielmehr ein momentaner Verzicht aus verschiedensten Gründen, wobei das Glückseligkeit, jedoch eine Motivation bleibt. Im positiven, wie im negativen, im Falle der Angst vor dessen Verlust.

Selbst im Fall von Depressionen, in dem das Glückseligkeit zur Rarität wird, bleibt es eine Motivation.

Eine Freundin von mir, die wegen Depressionen in Behandlung war, beschrieb das Bedürfnis glücklich sein zu wollen als „Motivation, weiter zu machen“ und „große Kraft, die einen

strahlen lässt“. Also hört selbst in sehr schweren Zeiten das Steben nach Glücklichkeit nie auf eine Motivation zu sein.

Kein Mensch möchte tatsächlich ein unglückliches Leben führen, höchstens hat er Angst davor seine Sicherheit aufzugeben, denn Glück und Unglück können nicht unabhängig voneinander existieren. Doch gerade darin zeigt sich der enorme Wert, den das Glücklichkeit für den Menschen hat.

Deshalb denke ich, dass der Mensch sich die Notwendigkeit glücklich zu sein selbst auferlegt, denn ohne diese Motivation funktioniert er nicht. Alles, was wir tun, läuft im Endeffekt auf unser Bedürfnis hinaus glücklich zu sein. Man hat Angst vor dem Verlust des Glücklichseins, manchmal mehr als Begierde danach, doch es bleibt der Antrieb für alle unsere Handlungen. Selbst im verzweifeltsten Fall sucht man stets nach einem Weg glücklich sein zu können.

Ich versichere, dass ich die Arbeit selbstständig verfasst und keine anderen als die angegebenen Quellen benutzt habe und alle Entlehnungen als solche gekennzeichnet habe.
Im Falle einer Preisverleihung (1.-3.Platz) habe ich keine Einwände gegen eine Veröffentlichung meines Textes im Rahmen der Wettbewerbs-Dokumentation.

4.12.2020, *Mona Wäsch*