



Foto: oalawa

Wie kommt man zu einem erfüllten, glücklichen Leben? Eine Studientagsreihe will das beantworten.

Auf der Suche nach dem Glück

Eine Studientagsreihe beschäftigt sich mit dem „Glück im Augenblick“

Was hat es auf sich mit dem Glück? Was braucht es, um von einem erfüllenden, glücklichen Leben sprechen zu können? Diese Frage stellen sich wohl alle Menschen im Laufe ihres Lebens – Grund genug, den verschiedenen Antwortmöglichkeiten einmal in einer Studientagsreihe an der Evangelischen Akademie Villigst nachzuspüren.

VON FRIEDERIKE BARTH UND STEFANIE WESTERMANN

An dem ersten Studientag, der im September stattgefunden hat, forschten die etwa 25 Teilnehmende gemeinsam mit dem Psychiater und Neurologen Professor Thomas Redecker, Chefarzt der Vita Nova Kliniken Bad Salzuflen, einer Fachklinik für Psychiatrie, Psychosomatische Medizin, Psychotherapie und Schmerztherapie, dem komplexen biologisch-neurologischen

Zusammenspiel nach. Was passiert im Kopf und ist oft am ganzen Körper spürbar, wenn wir kurze, hochschießende Glücksgefühle, aber auch Vorfreude oder längere Glücksmomente empfinden.

Dabei ging es auch um die Sucht und ihre rauschartigen Zustände und was diese um ein Vielfaches übersteigerten Empfindungen mit dem Körper machen.

Glück ist individuell verankert

Am Nachmittag standen philosophische Annäherungen an das Glück im Augenblick im Mittelpunkt. Glück ist ein sehr altes Thema, immer individuell verankert, aber doch auch durch die Diskurse und Rahmendeutungen der jeweiligen Zeit geprägt. Was empfinden wir als Glück, von wem erhoffen

wir es? Diese Fragen stellen wir heute als Kinder unserer Zeit, so wie Menschen sie immer in ihren Zeiten stellten. Daher wundert es nicht, dass Philosophen sich seit vielen Jahrhunderten mit dem Glück beschäftigen, seiner Erreichbarkeit und Vergänglichkeit nachspüren und auch heute zur Inspirationsquelle werden können.

Texte von Epikur, Auszüge aus dem Buch Kohelet (= Prediger Salomo) und Beschreibungen des – hier relativ unbekanntes – italienischen Philosophen des 18. Jahrhunderts Pietro Verri zeichneten dabei ein vielschichtiges Bild. Ein sich durch die Jahrhunderte ziehendes Ringen um die Frage, wie erstrebenswert, wie realistisch es ist, ein ekstatisches Glück im Leben zu suchen – und was das mit dem Sinn des Lebens zu tun hat. Den in dieser Hinsicht durch-

aus besonnenen oder sogar skeptischen Philosophen traten am Ende des ersten „Glückstages“ ermutigende Stimmen aus der Literatur und Musik zur Seite. Mascha Kaléko, Rainer Maria Rilke, Hilde Domin, Udo Jürgens, sie alle beschreiben das – oft unverhoffte – Finden des Glücks im Augenblick.

Das – vergängliche, aber zum Glück auch wiederkehrende – Glück im Augenblick ist die eine Seite, die Frage nach einem Glück auf Dauer, einer Zufriedenheit, eine andere. Um eben diese dreht sich der zweite Studientag zum Thema Glück, der im Januar eine weitere Antwort auf die Grundfrage menschlichen Daseins versuchen wird. Diesem folgen noch sechs weitere „Glückstage“ mit Gedanken über Glück im Leid und Glück und Gesundheit, Glück durch Verzicht oder durch Technik, Glück und Zukunft sowie dem Glück des Glaubens.

GLÜCKSREIHE

Glück auf Dauer

Wie belastbar sind die Glücksversprechen der Ratgeberliteratur und welche Erkenntnisse für eine gelingende Integration glücklicher Erfahrungen in den Alltag hat die Psychologie? Damit beschäftigen wir uns auf dem zweiten Studientag und erkunden dabei auch das Verhältnis von Glück und Zufriedenheit.

Datum: 21. Januar 2023, Ort: Villigst

Glück im Leid

Freud im Leid, Glück trotz Trauer, Erfüllung im Unerfüllten – wie ist das möglich und welche Rolle spielen Resilienz, Trauerbegleitung und andere Unterstützungsformen oder Kräfte bei der Bewältigung schweren Leides?

Datum: 22. April 2023, Ort: Villigst

Glück und Entbehrung

Dass Glück nicht in der materiellen Überfülle liegt, ist keine neue Erkenntnis. Wie freilich Glück auch im Verzicht, in der Askese liegen kann, ist eine andere Frage, die wir dem Prior eines Klosters stellen wollen.

Datum: 26. August 2023, Ort: Kloster Hiltrug

Glück und Gesundheit

Kann ein gesunder Lebensstil glücklich machen? Wie unverzichtbar ist Gesundheit für Glück und was kann ich selbst dafür tun? Ob gesunde Ernährung, Sport und guter Schlaf Rezepte auf dem Weg ins Glück sind, wollen wir den Psychiater und Neurologen Professor Dr. Christof Kessler fragen, der selbst ein Buch über das Glück geschrieben hat.

Datum: 30. September 2023, Ort: Haus Villigst

Glück durch Technik

Mit den Glücksversprechen digitaler Technik und künstlicher Intelligenz beschäftigen wir uns am fünften Studientag: Können Roboter glücklich machen? Liegt das Glück im Metaversum? Sind Algorithmen geeignete Werkzeuge für eine glückliche Partnerschaft?

Datum: 9. Dezember 2023, Ort: Münster

Glück und Zukunft

Das Streben nach einer glücklichen Zukunft ist ein wesentlicher Antrieb von Menschen. Doch wie viel Glück kann überhaupt erwartet werden von einer ungewissen und durch Krisen und Klimawandel gefährdeten Zukunft?

Datum: 9. März 2024, Ort: Villigst

Glück und Glaube

Glück und Sinn gehören zusammen. Das sinnstiftende Potenzial der Religion(en) und das spirituelle Glück, die Glückseligkeit, werden wir auf diesem letzten Studientag betrachten und mit den eigenen großen Fragen und Antworten ins Verhältnis setzen.

Datum: 15. Juni 2024, Ort: Villigst

„Doppel Wumms“ oder doch eher „Doppel Plumps“?

Was energiepolitische Rettungspakete erreichen können

Der Ukraine-Krieg hat nicht nur die globale Sicherheitsarchitektur erschüttert, sondern auch die europäische und deutsche Energiepolitik. Die Preisexplosion trifft aber ärmere Haushalte besonders hart. Jüngst hat die Bundesregierung daher erneut die Entlastungspakete nachgebessert. Mit dem Ziel die Belastungen für Unternehmen und Privatpersonen zu begrenzen, verspricht Bundeskanzler Olaf Scholz einen sozial- und wirtschaftspolitischen „Doppel Wumms“. Aber halten die konkreten Maßnahmen was sie versprechen?

VON SVEN RUDOLPH

Aus einem 200-Milliarden-Euro-Topf sollen einzelne Energieunternehmen mit Direktzahlungen zielgenauer als mit der zunächst geplanten Gasumlage unterstützt werden. Auf europäischer Ebene wird auf eine Strompreisbremse in Kombination mit der Abschöpfung von Übergewinnen der Stromkonzerne hingewirkt. Und nach den Vorstellungen der speziell eingesetzten Gaspreiskommissionen

soll – nach einer Direktzahlung an die privaten Haushalte noch diesen Dezember – im März/April 2023 der Gaspreis für 80 Prozent des Verbrauchs auf zwölf Cent pro Kilowattstunde gedeckelt werden. Die Gaspreise für die Industrie sollen schon ab Januar begrenzt werden.

Wie seine Vorgänger bleibt aber auch der „Doppel Wumms“ sozialpolitisch unzureichend und klimapolitisch fragwürdig. So ebbt einerseits die Kritik aus Sozialverbänden wie dem Paritätischen Wohlfahrtsverband nicht ab. Auch das neue Paket mit seinen Energiepreisbremsen arbeitet nach einem „Gießkannenprinzip“ und komme auch den Reichen zugute, während gerade die ärmsten Haushalte nicht genug entlastet würden. Dabei geben doch, so eine Studie des DIW Econ Instituts, die ärmsten zehn Prozent der Haushalte einen vier- bis fünfmal größeren Anteil ihres Einkommens für Energie aus als die reichsten zehn Prozent. Und auch absolut sparten, so eine Studie der gewerkschaftsnahen Düsseldorfer Hans-Böckler-Stiftung, die ärmsten zehn Prozent der Haushalte durch

die Gaspreisbremse nur 893 Euro im Jahr, während es bei den reichsten zehn Prozent im Schnitt 1397 Euro seien. So mahnt dann auch Präsens Annette Kurschus: „Starke Schultern können und müssen mehr tragen – das ist ein zentraler Grundsatz unseres Glaubens und auch der sozialen Marktwirtschaft.“

Geringere Anreize zum Energiesparen

Kritik am Rettungspaket kommt auch von Klimaökonominnen. Ottmar Edenhofer, ehemaliges Mitglied im Wettklimarat und neuer Mercator Professor der Universität Duisburg-Essen, warnt ebenso wie die Klimaexpertin Claudia Kemfert vom Deutschen Institut für Wirtschaftsforschung (DIW) in Berlin vor Mitnahmeeffekten der Energieunternehmen. Außerdem drohten geringere Anreize zum Energiesparen in Haushalten und Industrie. Gerade sie sind aber angesichts zunehmender Wetterextreme auch in Deutschland für einen effektiven Klimaschutz zentral.

Die Beiträge auf dieser Seite kommen vom Institut für Kirche und Gesellschaft (IKG) der Evangelischen Kirche von Westfalen.