

Der Schlüssel zum Glück

Weltglückstag

Im Jahr 1980 liegt ein Neugeborenes in den staubigen Straßen der indischen Metropole Kolkata (Kalkutta). Von Hunger und Durst entkräftet, droht es binnen Tagen zu sterben. Doch Mitarbeiter von Mutter Teresas Hilfsorganisation nehmen sich des kleinen Jungen an. Im Alter von zwei Wochen adoptiert ihn eine Amerikanerin, Jayme Illien wird sein Name. Später will er sein eigenes Glück anderen zuteilwerden lassen. Illien übernimmt die Leitung einer Organisation für Adoptionen, wird UN-Berater und setzt sich für einen Weltglückstag ein. Am 28. Juni 2012 beschließt die UNO in einer Resolution den Internationalen Tag des Glücks, den 20. März.

Das Gen SLC6A4

Aus neurobiologischer Sicht fühlen wir uns dann glücklich, wenn ein guter Cocktail aus körpereigenen Chemikalien durchs Hirn strömt. *Oxytocin* wird bei Umarmungen und beim Verliebtsein ausgeschüttet, man nennt es das „Kuschelhormon“ oder Bindungshormon. Das Glück liegt zum Teil bereits in den Genen. Der Schlüssel zum Glück lautet SLC6A4. Was aussieht wie ein Passwort, ist in Wahrheit der Fachbegriff für ein Gen. SLC6A4 leitet das Hormon Serotonin in die Zellen weiter, und das lässt uns entspannt sein und gut gelaunt. Forscher gehen von einer Langform und einer Kurzform dieses Gens aus. Wer ein längeres Gen hat, der hat mehr Serotonin in den Zellen – und sieht eher das Positive. Ein kürzeres Gen macht anfälliger für Pessimismus. Aber ich bin auch selbst „meines Glückes Schmied“. Denn am glücklichsten macht die Meisten ein stabiles soziales Umfeld. Zuneigung und Liebe haben die nachhaltigste Wirkung. Wer sich in seiner Familie und unter Freunden angenommen fühlt, meistert auch schwierigere Lebensphasen leichter. Auch wer sich sozial engagiert, lebt im Schnitt zufriedener. Reichtum macht übrigens ab einer gewissen Grenze kaum noch glücklicher. D.h. ich kann auch etwas dazu tun, dass mein soziales Umfeld „stimmt“.

Viktor E. Frankl: Zum Glück gibt's den Sinn!

Viktor E. Frankl nennt das Glück ein Nebenprodukt, das sich einstellt, wenn man etwas Sinnvolles im Leben tut. Das kann durchaus mit Anstrengung, vielleicht auch mit manchem Schmerz zu tun haben. Aber wenn ich den Eindruck gewinne, das gehört zu meinem Leben, da habe ich eine wesentliche Aufgabe zu erfüllen, dann kann sich als „Nebenprodukt“ auch das Glücksgefühl einstellen. Damit gehört zum Glück aber auch ein anderer Mensch – ein WOFÜR – also Beziehung!

Beziehung als Schlüssel zum Glück

Um den Schlüssel zum Glück geht's heute in zwei Schrifttexten: Die Lesung aus dem Buch Jesaja (Jes 22,19-23) erzählt von Palastvorstehern / Königen, deren Amtsführung nicht glücklich war und die das Volk in Unglück stürzten. So folgt auf den unglücklichen Schebna Eljakim, der Sohn, Hilkiyas. Leider wird auch Eljakim später eine enttäuschende Figur abgeben. Da sind wir aber auch schon bei Petrus: Auch er bekommt die Schlüssel des Himmelreiches übertragen, übrigens vom „Sohn Davids“ es geht also um die gleichen Schlüssel. Denn an Weihnachten nennen wir Jesus des Schlüssel Davids! Aber das allein reicht noch nicht – geschweige denn, dass die Schlüssel zum Glück nur in der Hand eines einzelnen Menschen liegen könnten. Auch Petrus wird später mehrfach enttäuschen – und zwar immer dann, wenn er aus der Beziehung zu Jesus rausfällt: z.B. gleich im folgenden Evangelium: „Tritt hinter mich, Satan!“, oder wenn er zu schnell das Schwert zieht (Joh 18,10) oder wenn er es mit der Angst zu tun bekommen und leugnet, Jesus zu kennen (Lk 22,57).

Man spürt sehr deutlich, dass es sich bei dem Himmelsschlüssel nicht um etwas handelt, das man einmal bekommt und dann ist es ein für allemal gut. Der Schlüssel zum Glück ist eine Lebensaufgabe – wie eine Beziehung, die auch gepflegt werden will. Es geht um ein Bekenntnis – das wird auch nicht nur einmal im Leben abgelegt und dann ist es abgelegt. Ein Bekenntnis ist etwas Permanentes – wie auch bei Petrus, der nach Jesu Auferstehung an all seine Ausrutscher denkt und bekennt: *„Herr, du weißt alles; du weißt, dass ich dich liebe.“ (Joh 21,17)*

Der Schlüssel zum Glück steckt innen

Der Schlüssel zum Glück ist etwas sehr Persönliches. Es ist nicht so, dass Petrus ihn hätte und die anderen nicht, immerhin hören wir in zwei Wochen, dass das Binden und Lösen Sache der ganzen Gemeinde ist, nicht nur eines Einzelnen. Es geht dabei um Gemeinschaftsstiftendes wie Vergebung, einander zu unterstützen, verbinden und erlösen aus Gefängnissen. *„Die Tür zum Glück geht nach außen auf“*, sagt der Philosoph Kierkegaard. Oder so ähnlich: *„Der Schlüssel zum Glück steckt innen!“* In mir! Es ist eine Sache der Einstellung. Das gilt auch für den Glauben: Den Schlüssel für meinen persönlichen Himmel hat nicht der Papst oder sonst ein Amtsträger, der öffnet oder schließt, gewährt oder verweigert. Kirche ist dazu da, einen Raum zu schaffen, in dem dieses Bekenntnis zum Herrn immer wieder gepflegt werden kann, in dem ich immer wieder die Frage vom Herrn höre: Du aber, wer bin ich für Dich? Und ich bin eingeladen zu antworten: Indem ich glaube, die Beziehung zu Gott pflege, Sinnvolles tue. Dann werde ich erfahren, dass der Schlüssel zum Glück hin öffnet!