



## Herzlich WILLKOMMEN im Frühling...

Gegenstand dieses Journals ist zum einen ein Interview mit SENSOR über sein neues Buch, zum anderen eine Rezension der Psychologin und Ökonomin Dr. Luiza Olos zum brüderlichen Werk „Glück auf!“ von Tom und Sven Sohr.

## „Danke, Gott!“

- *Dein 19. Buch „Danke Gott! 7777 Tage Buch zur Zukunft der Zukunft“ ist eine doppelte Liebeserklärung - warum?*
- *Zum einen für das Schreiben von Tagebüchern. Während das Buch „Weltschmerz“ Auszüge der Jahre 1988 bis 1999 enthielt, offenbart „Danke Gott!“ Fragmente aus den Jahren 2000 bis 2009.*
- *Und die andere Liebeserklärung...*
- *...geht an Gott, eine Liebe, die all meinen Tagebüchern gemeinsam ist.*
- *Gleichzeitig ist es das erste nicht-öffentliche Buch - ohne ISBN-Nummer?*
- *Ja, weil's sehr persönlich ist und ich auch nicht verklagt werden will.*
- *Hast Du etwa Angst?*
- *Ich muss mich ein wenig schützen. Schließlich reflektiere ich offen und ehrlich nicht nur gesellschaftliche Entwicklungen, sondern auch hiobsähnliche Lebenserfahrungen meiner jüngsten Vergangenheit.*
- *Das Nachwort besteht aus einer Auswahl von 88 Jesus-Zitaten. Warum?*
- *Weil hier Antworten über die Zukunft der Zukunft zu finden sind.*
- *Wie meinst Du das?*
- *Wer als Christ die Bibel ernstnimmt, findet dort präzise Prognosen - jenseits aller irdischen Klimakatastrophen - über das Ende der Welt.*
- *Im finalen Journal-Jahr 2009 gibt's „nur“ noch Gebete... - kleines Beispiel?*

## danke

wenn das einzige gebet  
das wir im leben sprechen  
einfach nur DANKE heißt  
würde das schon genügen  
meint meister eckart

danke für alles  
alles schöne  
alles leichte  
alles liebe  
alles gute

danke für alles  
alles dunkle  
alles schwere  
alle schmerzen  
alle prüfungen

danke für den weg  
danke für das ziel  
danke für den sinn  
danke für dein sein

danke, lieber gott!

**Rezension (Kurzversion) von Dr. Dipl. Psych. Dipl. Ökon. Luiza Olos zum Buch „Glück auf! Felix und Fortuna auf dem Weg von der Antike in die Zukunft“**

„Dieses Glücksbuch muss man in die Hand nehmen! Denn bevor der Verstand begriffen hat, worum es darin geht, breitet sich das Thema schon wohltuend im Körper aus: Das Lächeln der kleinen Luna Marie auf dem sonnengelben Cover ist einfach beglückend und ansteckend. Und wenn wir das Buch nun aufschlagen?“

**Mehrere Fragen:** Was war gestern Glück? Erleben wir Glück heute? Können wir morgen noch glücklich werden? Und was kann unser Glück vermehren? Auf diese Fragen geben die Brüder Tom und Sven Sohr in dem ersten „alternativen Glücksbuch“ wissenschaftlich fundierte und kurzweilig geschriebene, unkonventionelle Antworten. Was das Werk von den unzähligen anderen zu diesem Thema, das so alt wie die Menschheit ist, unterscheidet? Es beinhaltet eine neue, erfrischende Herangehensweise, einen interaktionistischen und dialogischen Ansatz, der verschiedene Perspektiven, d.h. unterschiedliche Epochen, Disziplinen und Betrachtungsweisen zusammen bringt. Dadurch kann das Buch sogar „kreuz und quer“ gelesen werden, was die Freude an der Interaktion der unterschiedlichen Perspektiven sogar steigert.

**Zwei Autoren rollen den zeitgeschichtlichen Faden:** Der Altphilologe (und jüngere Bruder) Tom führt uns, wie in einem Museum, die (manchmal überraschenden) Glücksvorstellungen der Antike vor Augen. Zukunftsforscher Sven reflektiert seinerseits die verzweifelte Glücks-Suche (post-)moderner Zeiten und stellt den antiken Philosophen eine Riege von geistes- und naturwissenschaftlichen Glücksforschern um die heutige Millenniums-Wende gegen-über. Schließlich wird spannend die Frage diskutiert, ob und inwieweit es für das Glück in unserer so katastrophenbedrohten Zukunft noch einen Platz geben kann.

**Zwei Begleiter oder Außen- trifft Innenperspektive:** Als Begleiter auf dieser Zeitreise steht uns ein gegensätzliches Paar zur Seite: Felix und Fortuna. Felix (d.h. „der Glückliche“) vertritt den Menschen, der das Glück in seinem Inneren sucht. Fortuna (die Schicksalsgöttin bei den Römern, die launenhaft Glück und Pech verteilt), repräsentiert die Glückssuche in der Außenwelt. Diese Kunstfiguren

helfen uns mit ihrem Dialog, nach jedem Zeitabschnitt die kennengelernten Ansätze besser zu verstehen und miteinander zu verbinden. Da sie so unterschiedlich sind, streiten Felix und Fortuna häufig miteinander, und ihre Alltagssprache und Freischnäuzigkeit stehen in erfrischenden Kontrast zu den wissenschaftlichen Begriffen, die sie so dem „profanen Geist“ näher bringen.

**Zwei Ebenen bzw. wie sich Wissenschaft im Alltag wiederfindet:** Das Thema wird nicht nur wissenschaftlich betrachtet, wir haben das Glück, auch Einblick in das alltägliche menschliche Erleben zu bekommen, und zwar für 400 Tage im Jahr. In den 366 kurzen Journaleintragungen von Sven Sohr findet sich die eine oder andere Glücksvorstellung der Antike (gar nicht antiquiert) wieder: Z.B. „Brot und Wasser als Grundnahrungsmittel“ erinnern an die Kyniker, die das Glück in der einfachen Lebensführung suchten (Sven als Diogenes?). Jemand der „nach Gerechtigkeit, nicht nach Recht strebt“ müsste wiederum nach Sokrates als gesegnet und glücklich gelten. Aber auch die Ansätze der modernen Glücksforschung lassen sich im Journal wiederfinden, am deutlichsten in den vielen Glücksmomenten mit den eigenen Kindern (z.B. „zwei Kinder in zwei Armen halten können“ oder „mit den Kindern ausgelassen tanzen“, aber auch „ein fiebriges Kind in den Schlaf tragen“). Diese Eintragungen illustrieren wunderbar das „nachhaltige Glückserleben durch Generativität“, von dem der Entwicklungspsychologe Erik Erikson sprach.

**Rundum - Glück bei Frauen und Männern, weltweit und in jedem Alter:** Die beschriebenen Journalnotizen eines deutschen Mannes<sup>1</sup> werden durch eine Reise um die Welt in 34 Glücksgeheimnissen trefflich ergänzt. Das Glück ist überall Zuhause, und, wie an anderer Buchstelle gezeigt, in den sogenannten Schwellen-ländern sogar häufiger als in den reichen. Von Ägypten bis Venezuela lehren uns Frauen und Männer, wie einfach es ist, unabhängig vom Alter glücklich zu sein: „Jeden Tag, wenn ich aufwache, fühle ich mich glücklich, denn ich kann hinausgehen...“ (John, 50, Indien); „Tiefes Glück empfinde ich beim Tanzen.“ (Ani, 16, Cook-Inseln); „Wenn es still ist in meiner Seele“ (Tatjana, 43, Russland); „Glücklich macht mich das Gute im Menschen: Zivilcourage und Solidarität“ (Manuel, 43, Venezuela). Diese Zitate, die ihren Ursprung im Bilderbuch des Fotografen Daniel Gygax haben, machen Lust

<sup>1</sup> die jedoch erstaunlich wenig geschlechtsspezifisch erscheinen und auch einer Frau aus einem weit entfernten Land zugeordnet werden könnten

darauf, sich dort die dazugehörigen *Gesichter* anzuschauen. Übrigens lohnt es sich, bis zum Schluss zu blättern, wo noch ein kleines Schmankerl, das den Bogen zum Anfang zurückschlägt, wartet.

**Mein Lieblingsteil:** Am besten gefällt mir das schon erwähnte Glückstagebuch im zweiten Kapitel. Damit habe ich angefangen und zum Schluss las ich es noch einmal durch. Man könnte diesen Teil - in Anlehnung an den Titel von Arundhati Roys Roman - auch „Das Glück der kleinen Dinge“ nennen. Denn darin verbergen sich so viele kleine aber kostbare Momente, die sich vor den Augen der Leserin wie Steine in einer Glückskette aufreihen. Im Wandel der Jahreszeiten wechselt das Glück seine Farben: Von weiß (schlicht und einfach „Neujahrsschnee“) wird es grün („Fahrrad fahren im Frühling“) und dann gelb („wolkenlose 30 Grad spüren“) oder blau („Kinderaugen, die erstmals das Meer erblicken“), golden danach („jeden Tag mit einem heißen Tee beginnen“) und der Kreis schließt sich wieder im Weiß („kindliche Freude über den ersten Schnee“). Mittendrin ist es immer wieder kunterbunt („Andacht beim Anblick eines Regenbogens“ oder „einen bunten Salat machen und genießen“); immer wieder poetisch, fast Haiku-ähnlich in der Aufein-anderreihung der Tage („Sonnenlicht“ „Rückenwind“ „Wenn alles seine Zeit hat“). Faszinierend ist auch das auf und ab der Gefühle: Das Glückstagebuch beinhaltet nicht nur Positives wie (Vor-)Freude, Bewunderung, Glaube, Hoffnung, Jubel, sondern genauso Widerstände, Trauer, (Welt-)Schmerz und Tränen der Ver-zweiflung. Nach dem Philosoph Wilhelm Schmid wäre das ein „Glück der Fülle“, weil das Unglücklichsein nicht ausgeschlossen, sondern integriert wird. Außerdem hat jede Erfahrung auch eine positive Seite, und es wird im Laufe des Jahres deutlich, wie der Journalstreiber aus den vergangenen Erfahrungen, auch aus Abschieden und Niederlagen lernt. In diesem Tagebuch könnte ich noch vielen Asso-ziationen folgen, z.B. wie Menschen und Tiere, Bewegung und Geräusche zum Glück beitragen, aber diese Entdeckungen überlasse ich besser Ihnen. An dieser Stelle möchte ich nur noch Sven für seinen Mut und seine Offenheit danken, diese so persönlichen Momente mit uns zu teilen!“

PS. „Glück auf!“ kann für 15 € entweder über den Buchhandel oder direkt beim Verlag „Über den Wolken“ erworben werden (Kontakt: mail@sensor-zukunftskoaching.de).