

Auf der Suche nach dem Glück – Lebensmöglichkeiten unter der befreienden Zusage Gottes



© Colourbox.com.

Das Glück der Fülle ergibt sich, wenn wir die Höhen und Tiefen des Lebens mit heiterer Gelassenheit anzunehmen vermögen.

Nach einer Idee von Christiane Großkarolinenfeld und Julia Witt, Hannover

Klasse: 9/10

Dauer: 7 Stunden

Inhalt: Wann sind wir glücklich? – Bedingungen von Glück erörtern. Bedeutet Glück für jeden dasselbe? – Ein Interview führen und Umfrageergebnisse präsentieren. Was sagt die Bibel über Glück? – Psalm 1 interpretieren. Was macht mich glücklich? – Glücksmomente betrachten, im Glückstagebuch festhalten und daraus Kraft schöpfen. Was ist das Zufallsglück? – Offen sein für die Angebote, die das Leben uns macht. Ist Spaß das Wichtigste im Leben? – Das Wohlfühlglück zur rechten Zeit genießen. Wie gelingt es, Glück im Unglück zu finden? – Das Glück der Fülle verstehen.

Ergänzende Materialien

www.wernerschmidbauer.de/downloads/

Hier können Sie den Liedtext und die Akkorde von Werner Schmidbauers „Momentnsammler“ als PDF downloaden und im Einstieg zu Stunde 3 einsetzen.

www.youtube.com/watch?v=uU1zdLWv_cQ

Auf YouTube finden Sie das Lied „Momentnsammler“ von Werner Schmidbauer online.

www.maerchenschatz.de/ordkost/glueck.htm

Das Märchen „Das Glück lag am Weg“ berichtet von den Mühen des menschlichen Lebens und verpassten Chancen. Das Glück begegnet uns auf Schritt und Tritt. In unserer Verantwortung ist es, die Chance des Augenblicks zu ergreifen. Der Man im Märchen aber ist ständig auf der Flucht. Er jagt dem Glück davon. Hektik und Stress sind Feinde des Glücks. Als Interpretationsaufgabe ist das Malen eines Bildes aus dem Märchen oder das kreative Schreiben eines glücklichen Ausgangs des Märchens möglich. Anschließend folgen ein Museumsgang zu Bildern / schriftlichen Produkten und eine kurze Reflexion (Wirkung auf mich, persönliche Deutung).

Materialübersicht

Stunde 1	Glück ist, wenn ... – Glück (philosophisch betrachten)
M 1 (Tx)	Glück ist – Aphorismen betrachten
M 2 (Tx)	Mich und mein Glück wahrnehmen – eine Fantasiereise
Stunde 2	Mehr über Glück erfahren – Partnerinterview führen
M 3 (Ab)	Glücksfragebogen – Interview zum Thema „Glück“ führen
M 4 (Ab)	Ergebnisse vortragen – Kriterien für die Bewertung einer Präsentation
Stunde 3	Was die Bibel über das Glück sagt – Psalm 1 kennenlernen
M 5 (Tx/Fs)	Er ist wie ein Baum ... – Psalm 1 im Alten Testament
M 6 (Tx/Ld)	Glücklich sind – Psalm 1 in einer Sprechweise
M 7 (Ab)	„Danken ist die höchste Form des Denkens“ – wir schreiben ein Glückstagebuch
Stunde 4	Sei offen für das Zufallsglück! – Oder: Auf die richtige Haltung kommt es an!
M 8 (Bd/Fo)	Vom wegen Zufall – Glück hat, wer offen ist für das Unverhoffte
M 9 (Tx)	Wunder – Schreiben über das Zufallsglück
Stunde 5	Ist Spaß das Wichtigste im Leben? – Das Wohlfühlglück genießen
M 10 (Bd/Fo)	Freude und Leid – beides gehört zum Leben
M 11 (Tx)	Wilhelm Schmid: Das Wohlfühlglück
M 12 (Ab)	Teste dein Textverständnis! – Ein Begriffspuzzle
Stunde 6	Glück im Unglück finden – das Glück der Fülle empfinden
M 13 (Bd/Fo)	Was ist über dem Nebelmeer
M 14 (Tx)	Wilhelm Schmid: Das Glück der Fülle
M 15 (Ab)	Was ist das Glück der Fülle? – Ein Partnerinterview
Stunde 7	Anleitung zum Glücklich sein – Was nehme ich aus dieser Einheit mit?

Anmerkungen

Ab = Arbeitsblatt, Bd = Bild, Fo = Farbfolie, Fs = Farbseite, Ld = Lied, Tx = Text

M 1

**Glück ist ... –
Aphorismen betrachten**

Über das Glück haben sich schon viele Menschen Gedanken gemacht. Schau dir die verschiedenen „Glückssprüche“ an. Was denkst du darüber?



<p>Der Höhepunkt des Glücks ist erreicht, wenn ein Mensch bereit ist, der zu sein, der er ist. <i>Erasmus von Rotterdam</i></p>	<p>„Das brauche ich nicht.“ ist der wichtigste Satz zum Glück. <i>anonym</i></p>
<p>Bestärke dich selbst mit Zufriedenheit, denn dies ist eine unüberwindliche Festung. <i>Epictetus</i></p>	<p>Die (Glücks-)Sterne am Himmel sieht man in einer Ruine besser als in einem schönen Haus. <i>anonym</i></p>
<p>Glück besteht darin, sich selbst anzuschauen, ohne zu erschrecken. <i>Erasmus von Rotterdam</i></p>	<p>Der sicherste Weg zum Glück besteht darin, sich selbst zu verlieren in einer Sache, die größer ist als man selbst. <i>anonym</i></p>
<p>Glücklich ist, wer will, was er hat. <i>Meister Eckhart</i></p>	<p>Wie zahlreich sind doch die Dinge, derer ich nicht bedarf. <i>Sokrates</i></p>
<p>Die höchste Form des Glücks ist ein Leben mit einem gewissen Grade Unwissenheit. <i>Erasmus von Rotterdam</i></p>	<p>Das Vergleichen ist das Ende des Glücks und der Anfang der Unzufriedenheit. <i>Sören Kierkegaard</i></p>

Aufgabe

Wähle einen der philosophischen Aphorismen oben aus. Überlege, was er für dich bedeutet. Besprich anschließend darüber und teile dich deinen Mitschülern mit. Alle Beiträge werden respektvoll behandelt und gewürdigt.



M 5

Er ist wie ein Baum ... – Psalm 1 im Alten Testament

Der Weisheitspsalm 1 bildet gemeinsam mit Psalm 2 das Vorwort des gesamten Psalmbuchs. Er beschreibt gewissermaßen den Inhalt und möchte uns den Weg zur wahren Glückseligkeit zeigen.

Psalm 1

- 1 Selig der Mann, der nicht nach dem Rat der Frevler¹ geht, nicht auf dem Weg der Sünder steht, nicht im Kreis der Spötter² sitzt,
- 2 sondern sein Gefallen hat an der Weisung des HERRN, bei Tag und bei Nacht über seine Weisung nachsinnt.
- 3 Er ist wie ein Baum, gepflanzt an Bächen voll Wasser, der zur rechten Zeit seine Frucht bringt und dessen Blätter nicht welken. Alles, was er tut, es wird ihm gelingen.
- 4 Nicht so die Frevler: Sie sind wie Spreu³, die der Wind verweht.
- 5 Darum werden die Frevler im Gericht⁴ nicht bestehen noch die Sünder⁵ in der Gemeinde der Gerechten.
- 6 Denn der HERR kennt den Weg der Gerechten, der Weg der Frevler aber verliert sich.



© Colourbox.com.

Einheitsübersetzung der Heiligen Schrift, vollständig durchgesehene und überarbeitete Ausgabe © 2016 Katholische Bibelanstalt, Stuttgart.

Anmerkungen

¹ **Frevler** sind trügerische Menschen, sie sind hinterlistig und missachten die (kirchlichen) Glaubensüberzeugungen. • ² **Spötter** machen sich über andere auf beschämende Weise lustig. • ³ Früher hat man beim Dreschen Getreide mit den Hülsen in den Wind geworfen. Was verweht wurde, war (unnützes) **Spreu**; was zu Boden fiel, kostbares Getreide. ⁴ **Gericht** bezeichnet die endgültige Vollendung des Weltengeschehens. • ⁵ **Sünder** sind von Gott getrennte Menschen, die nicht die Gebote Gottes übertreten.

Aufgaben

1. Lest abwechselnd je einen Satz aus dem uralten Gebets- und Erfahrungsschatz der Bibel. Welche Bedeutung hat dieser Psalm für uns hier und heute?
2. Wähle eine Aufgabe aus:
 - a) Gestalte den Text bildnerisch mit ausgesuchten Versen (Collage oder Zeichnung).
 - b) Schreibe den Text neu in der heutigen Jugend-Sprache.



Mein Bild / Mein Text

Betrachte den Baum.



© Colourbox.com.

– Was ist die Wurzel, die mich trägt?

– Wer oder was ist das Wasser, das mich tragen lässt?

– Ist Leben ohne Wasser überhaupt möglich?

– Wann folge ich dem Rat des Freyler? Inwiefern entwurzelt mich das, entfremdet mich von dem, was mir Halt und Orientierung gibt?

– Woran hängt mein Herz, sodass ich mich Tag und Nacht damit beschäftige?

– Was gibt mir die Kraft, mich in den Himmel zu recken und mein Leben an Gott auszurichten?

M 6

Glücklich sind ... – Psalm 1 in einer Vertonung

Das Lied kann zur Hinführung von der Lehrkraft vorgetragen werden und unterstreicht die eigentliche Bedeutung als (weisheitliches) Lied.

1. Glück-lich sind die Män - ner, glück-lich sind die Frau die wie Bäu-m
 wach - sen, weil sie dem Herrn ver - traun. dem Mann, ge -
 lobt sei er, der nicht der Rat der Frev - ler folgt, den
 Weg der Sün - der nie-mals geht, und nicht im Kreis der Spöt-ter
 sitzt, doch Freu de hat am Wort des Herrn, an
 sei - nem wesen Rat, da - rü - ber nach-sinnt
 alle Zeit von früh bis spät, am Tag und bei Nacht.

2. Wie ein Baum ist dieser Mensch,
 ein Baum am Wasserbach gepflanzt,
 der Früchte bringt zur rechten Zeit,
 kein Blatt an ihm wird jemals welk.
 Und was er tut gelingt ihm gut,
 was er auch unternimmt, ja,
 alles kommt zum guten End.
 Der Herr ist gnädig Menschen, wie ihm.

3. Frevler können nicht bestehen,
 der Wind verweht sie wie die Spreu.
 Auch Sünder trifft ihr böses Tun,
 Gerechten halten sie nicht stand.
 Den Weg der Guten kennt der Herr,
 doch Frevler stürzen ab.
 Ihr Weg führt sie in tiefe Schlucht,
 denn sie bestehen nicht im Gericht.

Musik und Text: Christian Kuster, Großkarolinenfeld.

M 14

Wilhelm Schmid: Das Glück der Fülle

Freud und Leid, Sinn und Verbundenheit – wie passt das zusammen? Im nachfolgenden Text erläutert Wilhelm Schmid, was für ihn das „eigentlich philosophische Glück“ ausmacht. Zugleich zeigt er dar, wie mit diesem Glück umzugehen ist.

Die antiken Philosophen, Platon, Aristoteles, Seneca, die alle schon vom Glück sprachen, [...] schrieben ihm vor allem Dauerhaftigkeit zu. Das bloße Wohlfühlglück konnten sie damit nicht gemeint haben. [...] Glück [...] geht nicht darin auf, nur eine Seite des Lebens, nämlich die des Angenehmen, Lustvollen und „Positiven“, anzuerkennen und allein zu betonen.

Das größere Glück, das *Glück der Fülle*, umfasst immer auch die andere Seite, das Unangenehme, Schmerzliche und „Negative“, mit dem zurechtzukommen ist. Niemand sucht dieses Andere, aber auszuschließen ist es nicht. Im besten Fall ist es zu mäßigen, und die beste Voraussetzung dafür ist, das Andere des Lebens in seinem Recht auf Existenz grundsätzlich anzuerkennen.

Abhängig ist dieses Glück der Fülle allein von der *weisigen Haltung* zum Leben, die ein Mensch einnimmt und im Laufe der Zeit im Denken einübt, ausgehend von der Überlegung, was denn das Eigentümliche und Besondere durch all seine Phänomene und Unwägbarkeiten hindurch ist: Ist es nicht die *Polarität*, die Gegensätzlichkeit und Widersprüchlichkeit, die sich in allen Dingen und Erfahrungen zeigt? [...] Die gesamte Weite der Erfahrungen zwischen Gegensätzen vermittelt durch diesen Eindruck, wirklich zu leben und das Leben voll und ganz zu spüren. Wodurch sollte dieses Glück jemals infrage gestellt werden?

Was zur Fülle des Lebens beiträgt, bestärkt dieses Glück, geschwächt wird es durch die Vereinseitigung der Erfahrung, meist nach der Seite des Angenehmen hin, die am ehesten festzuhalten versucht wird. Dieses Glück ist umfassender und dauerhafter als alles Zufallsglück und Wohlfühlglück. Es ist das eigentlich philosophische Glück, das nicht abhängig von günstigen und ungünstigen Zufällen, von den momentanen Schwankungen zwischen Wohlfühl und Unwohlsein, vielmehr die immer aufs Neue zu findende Balance in aller Polarität des Lebens, nicht unbedingt im jeweiligen Augenblick, sondern durch das gesamte Leben hindurch: Nicht nur Gelingen, auch Misslingen; nicht nur Erfolg, auch Misserfolg; nicht nur Lust, auch Schmerz; nicht nur Gesundheit, auch Krankheit; nicht nur Fröhlichkeit, auch Traurigkeit; nicht nur Zufriedensein, auch Unzufriedensein. [...]

Zufallsglück und Wohlfühlglück beruhen auf vereinzelt Erfahrungen, kleinen und größeren Episoden, sodass von einem *episodischen Glück* die Rede sein kann, das zufällig geschieht und sich gelegentlich zeigt. [...] Das Glück der Fülle ist demgegenüber ein anhaltendes, auch ein zurückhaltendes Glück, das die Zeiten übergreift und von Dauer ist, ein *epochales Glück*, das erst möglich wird durch die Einbeziehung all dessen, was die Fülle des Lebens ausmacht. Wer von diesem Glück etwas spektakuläres erwartet, wird wohl enttäuscht sein: Es ist nichts Besonderes. Schwer zu erreichen ist es vor allem dadurch, dass immerzu nach dem Besonderen und Spektakulären gesucht wird. [...]

Die *Heiterkeit* ist eine geistige Haltung, die der Fröhlichkeit ebenso viel Bedeutung zumisst wie der Traurigkeit. Die *Gelassenheit* ermöglicht das Gewährenlassen auch des Abgründigen und Widersprüchlichen, der Angst im Kontrast zum Freisein von ihr, des Schmerzes im Kontrast zur Lust, des Leids im Kontrast zur Freude, des Todes im Kontrast zum Leben. Sich der grundlegenden Tragik von



Caspar David Friedrich: Der Wanderer über dem Nebelmeer, (um 1818).

M 15

Was ist das Glück der Fülle? – Ein Partnerinterview

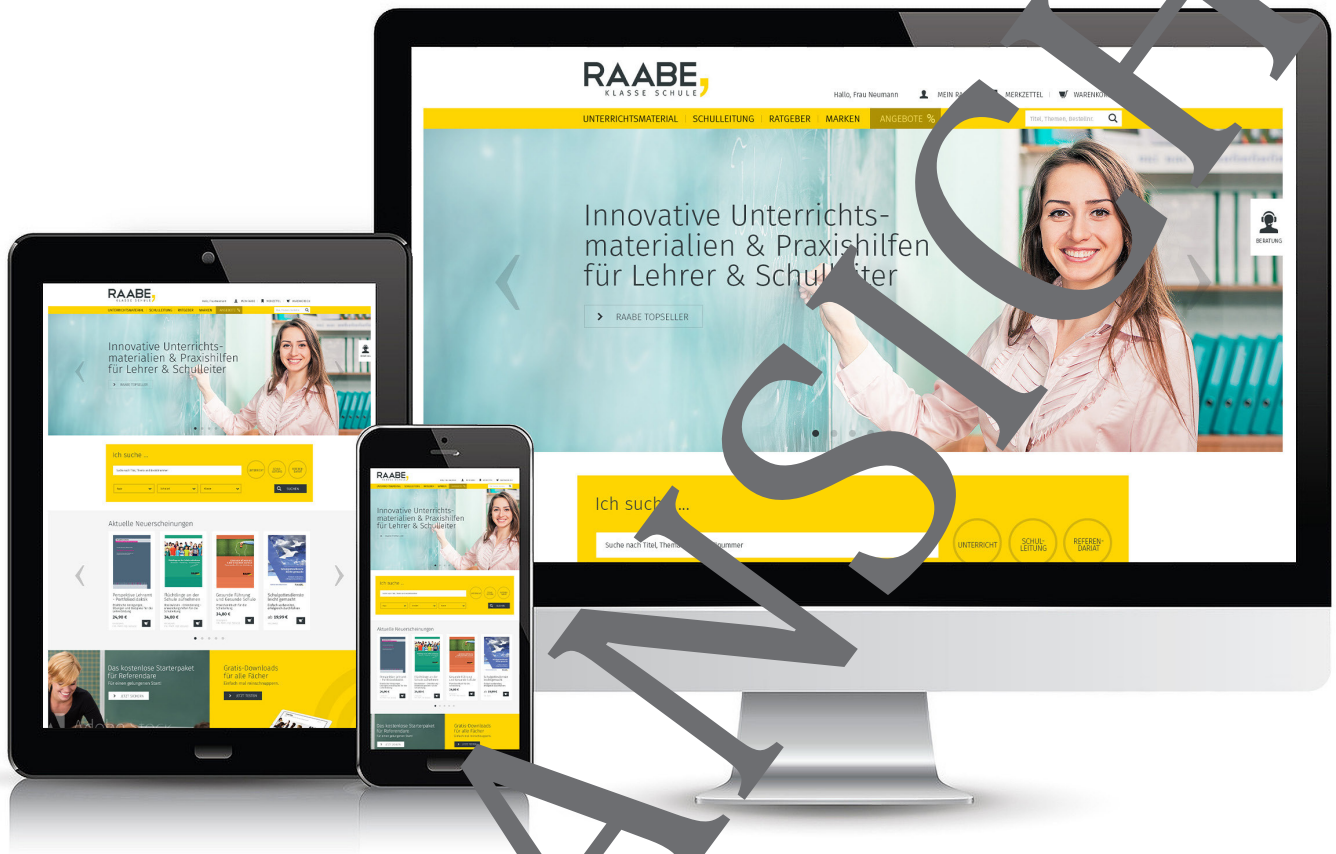
Nachdem du den Text über das Glück der Fülle gelesen hast, überprüfe nun gemeinsam mit deinem Nachbarn/deiner Nachbarin dein Textverständnis. Führt ein Interview durch, in dem ihr euch abwechselnd Fragen zum Text stellt. Entscheidet vorab, wer von euch Person A und wer Person B ist.

Person A beantwortet die Fragen 1 und 3 und notiert Bs Antwort auf die Fragen 2 und 4.	Person B beantwortet die Fragen 2 und 4 und notiert As Antworten auf die Fragen 1 und 3.
<p>① Wodurch unterscheidet sich das Glück der Fülle vom Zufalls- und Wohlfühlglück?</p>	
	<p>② Was meint Schmid mit dem Begriff Polarität in Bezug auf das Glück der Fülle?</p>
<p>③ Nenne drei der Gegensatzpaare, die laut Schmid zum Glück der Fülle gehören.</p>	
	<p>④ Wie nennt Schmid die geistige Haltung, die der philosophische Lebenskünstler dem Glück der Fülle gegenüber einnehmen sollte? Erkläre, was damit gemeint ist.</p>

Aufgabe

Ihr habt den Text über das „Glück der Fülle“ gelesen. Füllt nun gemeinsam die Spalten auf der linken und rechten Seite der Tabelle aus. Befragt euch wechselseitig und notiert eure Antworten.

Der RAABE Webshop: Schnell, übersichtlich, sicher!



Wir bieten Ihnen:



Schnelle und intuitive Produktsuche



Übersichtliches Kundenkonto



Komfortable Nutzung über
Computer, Tablet und Smartphone



Höhere Sicherheit durch
SSL-Verschlüsselung

Mehr unter: www.raabe.de