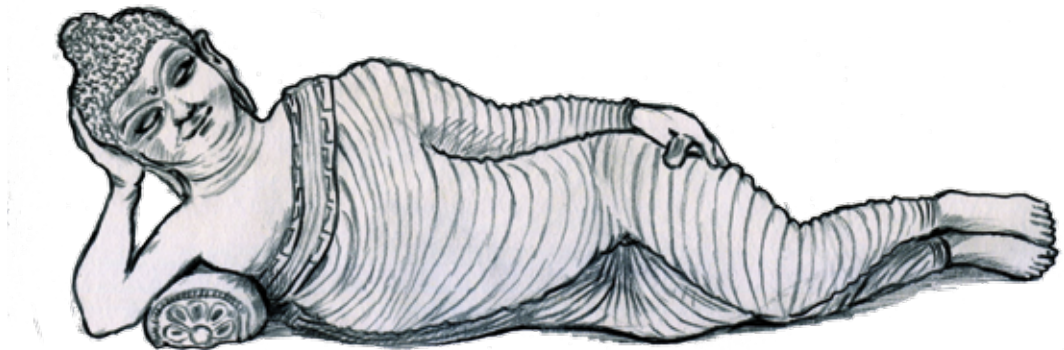


DAS GLÜCK DES MATTHIAS PÖHM

«Glück» ist ein Schlagwort, dem sich niemand entziehen kann. Doch «Glücklichsein» ein Anspruch, der uns die Freude am Dasein vermiest.

→ von Martina Pahr



Noch vor wenigen Jahrzehnten war individuelles Glück kein Faktor in einem Leben. Es ging um arbeiten, damit es zu essen gibt, schlafen, damit man fit zum Arbeiten ist ... zwischendrin ein wenig Sex, damit die Menschheit nicht ausstirbt. Und gelegentlich ein Familienfest. Keine Zeit, kein Thema – kein Problem. Und heute? Die Freizeitgesellschaft erlaubt uns den Luxus, nach Glück zu streben (den Amerikanern wird dies sogar von der Verfassung garantiert) – und treibt uns damit ins Elend. Was für Versager sind wir, wenn es uns nicht gelingt, so glücklich zu werden, wie wir uns selbst auf Facebook darstellen? Wo uns doch alle Möglichkeiten offenstehen! Wer im Hier und Jetzt kein Glück findet, dem ist schlicht nicht mehr zu helfen. Aber wer, Hand aufs Herz, kann sich selbst wirklich aufrichtig als glücklich bezeichnen?

10 bis 20 000 werden das schon sein, schätzt Matthias Pöhm. Der deutsche Rhetorik-Trainer ist seit einigen Jahren vehement auf der Suche nach dem sogenannten «Glücksdurchbruch», den er als Endpunkt der menschlichen Existenz bezeichnet. Er hat mit vielen zeitgenössischen Erleuchteten gesprochen, um das «wahre Glück» auf eine Formel zu bringen.

Es könnte alles so einfach sein. Ist es aber nicht: Es ist sogar noch einfacher, sagt Pöhm. Wir sind bereits angekommen im Glück – erkennen dies aber nicht. Wie Blinde, die mit einer Lasershow nicht zu begeistern sind, oder Gehörlose, die ein Konzert kalt lässt, stolpern wir durch ein Para-

dies auf Erden, das wir lediglich nicht als solches erkennen, weil uns die entsprechenden Rezeptoren fehlen. Diese bekommt man mit dem Glücksdurchbruch – und erkennt schlagartig, dass Job, Familie, Erfolg und sogar aktive Nächstenliebe nie dauerhaftes Glück schenken, sondern nur für ein kurzes, illusorisches High auf der Ebene des «Objekt-Glücks» sorgen. Danach kommt wieder das gewohnte Elend, Angst vor Verlust und davor, was unser Nachbar wohl von uns denkt inklusive.

Das Cover des Buchs «Nichts muss sich ändern» wirkt wie ein Schlag ins Gesicht. Nicht unbedingt verkaufsfördernd oder gar einladend – aber Pöhm ist kein Räucherstäbchen-Esoteriker, der mit Gefälligem handelt. Er kommt mit einer radikalen Aussage daher: Dass unsere Welt perfekt ist, so wie sie ist. Noch Fragen?

«Die Lösung ist die: Wir brauchen nichts zu ändern. Ausser [...] anzufangen, uns zu beobachten, wie wir wirklich funktionieren. Unsere schrecklichen Gedanken, die sich nur um uns selber drehen, unser Versteckspiel, unser So-tun-als-ob, unsere permanente Angeberei, gepaart mit unserer Scheinheiligkeit [...] Es geht darum, dieses Fassadenspiel komplett zu erkennen und komplett ohne Verurteilung anzunehmen. Denn das ist die Wahrheit. Dann ändert sich alles.» (Nichts muss sich ändern, S. 37)

Matthias Pöhm mutet seinem Leser einiges zu: Es soll keine Identität geben, keine Zeit, keinen freien Willen. Die Welt bezeichnet er als «Video-

spiel», das wir einfach nicht als solches zu erkennen imstande sind. Wahren Frieden im Innen und Aussen werden wir nicht finden, wenn wir so weitermachen wie bisher, das ist sicher. Aber warum sollten wir nicht so weitermachen, wenn sich doch laut Buchtitel gar nichts ändern muss? Der Widerspruch zwischen Titel und Buchaussage relativiert sich nach der Lektüre zur bewussten Provokation. Pöhms Ansatz kann befreiend wirken auf den, der sich ihm öffnen mag. Zum einen: Es ruht viel weniger Last auf unseren Schultern, als wir zu tragen gewohnt sind – was allerdings nicht bedeutet, sich jetzt unbedarftem Fatalismus hinzugeben. Zum anderen: Auch mit dem Erreichen der eigenen Ziele ist kein Glück zu kaufen – also unbesorgt runter vom Gas!

Und letztendlich: Der Glücksdurchbruch aka die Erleuchtung ist kein unerreichbares, ausserweltliches Ideal. Haben schon ganz andere geschafft – einfach dadurch, dass sie nichts verändert, sondern «lediglich» ihre Perspektive verschoben haben.

Matthias Pöhm: **Nichts muss sich ändern – die Lösung für das Leid der Erde.** Pöhm Seminarfactory, 2014. 260 S. Fr. 32.40/€ 24,90 €