

MANFRED LÜTZ
WIE SIE UNVERMEIDLICH
GLÜCKLICH WERDEN
EINE PSYCHOLOGIE DES GELINGENS

GÜTERSLOHER VERLAGSHAUS

INHALT

VORWORT	11
---------------	----

EINLEITUNG

WIE MAN ZUVERLÄSSIG EINEN EHESTREIT ORGANISIERT	13
---	----

1 GLÜCKSSUCHT

DER GANZ NORMALE IRRSINN DES GLÜCKS	19
---	----

1. Der Stoff, aus dem die Träume sind.....20
2. Der Hoeneß-Effekt.....24
3. Das Glückskartell27

2 WAS IST GLÜCK?

EINE KLEINE GESCHICHTE DES GLÜCKS	31
---	----

1. Was die gescheitesten Menschen der Welt über das Glück dachten32
 - a) Philosophenglück: Platon, Aristoteles und meine Tante Cläre.....35
 - b) Der Kampf um die Lust: Zenon, Epikur und warum Glück Käse ist42
 - c) Aussteiger: Diogenes und Plotin – Glücklich vergammeln und glücklich verfaulen ... 46
 - d) Glückssucher: Augustinus, Thomas und das alte Mütterchen49
2. Wie das Glück in Unordnung geriet und wie ein merkwürdiger Junggeselle wieder für Klarheit sorgte56
3. Warum Hirnforscher sich nicht fortpflanzen sollten.....64

3 IST GLÜCK VERMEIDBAR? JA, UND WIE!.....69

1. »Sie lächeln so, was verdrängen Sie?« –
Wie Psychotherapie unglücklich machen kann..... 70
2. »Sie haben ein Problem, da hätt ich noch
eins für Sie!« – Das Frau-Lot-Syndrom 77
3. Wir streben nach dem Unerreichbaren
und verhindern so die Verwirklichung des
Möglichen – Das Utopiesyndrom82

4 WAS IST UNVERMEIDLICH? VON SONNENUNTERGÄNGEN UND ALDI-VERKÄUFERINNEN89

1. Von der Einmaligkeit des Lebens –
Ein moderner Philosoph denkt tief nach 90
2. Von den Grenzen der menschlichen Existenz –
Tod, Leid, Kampf und Schuld 94
3. Vom Wagnis des Glücks – Donnergerollen
aus dem Lehrstuhl 101

5 DER CLOU EINE KLEINE PSYCHOLOGIE DES GELINGENS 105

1. Erfolgslehrer, Erfolgstrainer, Erfolgsopfer
oder Abstürze mit Ansage 106
2. Burkhard oder wie man Ost-Westfalen
glücklich macht 113
3. Die Wende oder eine Frage mit Sprengkraft 115

DAS ULTIMATIVE GLÜCK

WIE KANN MAN UNVERMEIDLICH

GLÜCKLICH WERDEN?..... 119

1. Glückspilz – Eine tödliche Krankheit?..... 120
2. Leiden – Über einen verzogenen Prinzen
und einen brüllenden Pfarrer..... 128
3. Schuld – Über die Schuld eines Co-Piloten
und das größte Schuldbekenntnis aller Zeiten 141
4. Kampf – Über guten Kampf und zwei
nachdenkliche Afrikaner..... 147
5. Tod – Über routinierte Fassungslosigkeit
und die Pornografie des Todes 153
6. Der Teufel ist los – Dschihadisten vor
der Gretchenfrage..... 161

GLÜCK IST PERSÖNLICH

WIE ICH DAS GLÜCKLICHSTE PAAR DER WELT

KENNENLERNTE..... 169

1. Glücksinflation..... 170
2. »Wir hätten dann gerne das Aschgrau«..... 173
3. Über Dummköpfe, Holzköpfe und
Charakterköpfe..... 175

IST GLÜCK UNSTERBLICH?

AUF DER SUCHE NACH DEM EWIGEN GLÜCK 179

1. Das unendliche Leben – Ein Albtraum..... 180
2. Warum man sich nie genug betrinkt..... 182
3. Selfies für die Ewigkeit 185

DES RÄTSELS LÖSUNG

EINE KLEINE ANLEITUNG ZUM GROSSEN GLÜCK 187