

20.08.2026 um 06:30 Uhr

hr2 ZUSPRUCH



Ein Beitrag von

Ayleen Nüchter,

Katholische Gemeindereferentin im PV St. Benedikt Hünfelder Land, Hünfeld

Lebenssinn statt Leistungsdruck: Ein neuer Blick auf Glück

„Wenn ich erst dieses oder jenes besitze, dann bin ich glücklich.“ Solche Gedanken schleichen sich schnell ein. Wenn ich erst die passende Wohnung gefunden habe. Wenn ich beruflich angekommen bin. Wenn ich mehr verdiene. Wenn ich endlich mehr Anerkennung bekomme. Wenn ich dieses Ziel erreicht habe – dann werde ich zufrieden sein.

Die „Wenn-Dann-Falle“

Dies ist eine vertraute Logik. Unsere Welt lebt von der Vorstellung, dass das bessere Leben immer noch vor uns liegt. Ein bisschen mehr Erfolg, mehr Sicherheit, mehr Besitz – und dann, so scheint es, wäre es endlich da: das gute Leben. Darin steckt eine große Kraft. Sie treibt uns an, lässt uns planen, gestalten und Neues wagen. Der christliche Glaube ist keineswegs gegen Ziele und Entwicklung. Er weiß um die Sehnsucht des Menschen, sein Leben zu entfalten. Und doch stellt er eine unbequeme Frage: Was, wenn wir das Glück immer an Bedingungen knüpfen, die niemals ganz erfüllt sein werden?

Die Bibel über Zufriedenheit: Weisheit aus Kohelet und Paulus

Die Bibel kennt diese menschliche Unruhe sehr genau. Schon das Buch Kohelet erzählt von dem Versuch, Erfüllung in Leistung, Besitz und Erfolg zu finden. Die ernüchternde Einsicht lautet: All das kann das Herz nicht dauerhaft satt machen. Auch Jesus erzählt von Menschen, die sammeln, sichern und vorsorgen – und dabei übersehen, dass das Wesentliche sich nicht anhäufen lässt. Vertrauen nicht. Liebe nicht. Frieden nicht.

Warum das Herz nie ganz satt wird: Grenzen von Leistung und Konsum

Ich bin überzeugt: Darin liegt eine der großen geistlichen Einsichten des christlichen Glaubens: Zufriedenheit ist kein Zustand, den wir herstellen können. Sie ist kein Produkt unseres Erfolgs. Sie wächst dort, wo ein Mensch lernt, das Leben nicht nur als Aufgabe zu sehen, sondern auch als Geschenk.

Innere Freiheit finden: Was uns wirklich trägt

Der Apostel Paulus schreibt im Philipperbrief: „Ich habe gelernt, mich in jeder Lage zurechtzufinden.“ Das ist kein resigniertes Sich-Abfinden. Es ist eine Haltung innerer Freiheit. Paulus sagt damit: Mein Leben hängt nicht davon ab, ob ich alles in der Hand habe. Mein Wert hängt nicht daran, ob ich Erwartungen erfülle oder Ziele erreiche. Das ist ein befreiender Gedanke in einer Zeit, in der so vieles nach Optimierung ruft. Immer besser, immer schneller, immer erfolgreicher.

Glück im Alltag: Warum weniger oft mehr ist

Der Glaube erinnert daran: Der Mensch ist mehr als das, was er vorzeigen kann. Mehr als seine abgearbeitete To-do-Liste. Ich bin mir sicher: Echte Zufriedenheit beginnt genau dort, wo wir aufhören, unser Leben ständig auf später zu verschieben. Nicht: „Wenn ich erst ...“, sondern: „Was ist jetzt schon da?“ Ein Moment der Ruhe. Ein freundlicher Blick. Ein Atemzug. Die Gewissheit: Ich muss nicht erst etwas erreichen, um angenommen zu sein. Das ist die Einladung: Nicht dem nächsten „Dann“ hinterherzujagen, sondern das Leben im Heute zu entdecken. Denn manchmal liegt das Glück nicht in dem, was uns noch fehlt, sondern in dem, was uns längst geschenkt ist.