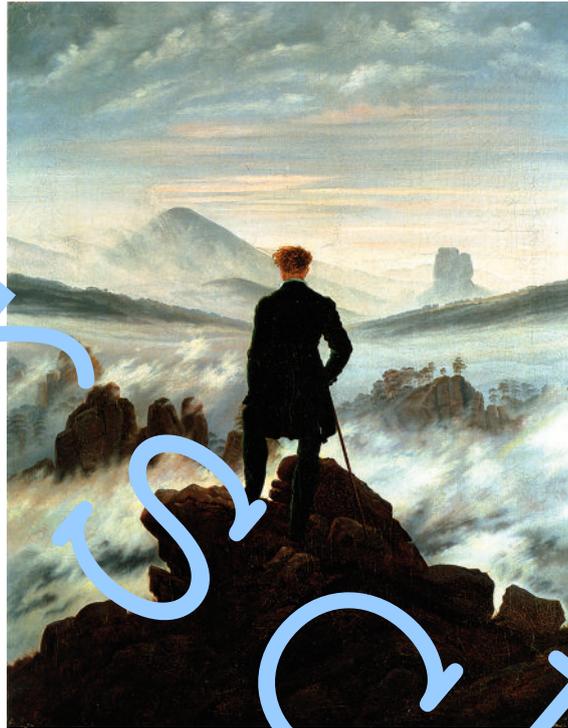


## Wilhelm Schmid's Philosophie der Lebenskunst – über die Kunst, glücklich zu sein

Julia Witt, Hannover



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

Die gesamte Weite der Erfahrungen zwischen Gegensätzen vermittelt erst den Eindruck, wirklich zu leben und das Leben voll und ganz zu spüren.  
(Wilhelm Schmid)

**Klasse:** 9/10

**Dauer:** 14 Stunden

**Arbeitsbereich:** Anthropologie / Glück und Glückstheorien

Ist glücklich, wer Spaß hat? Wilhelm Schmid fordert dieses Glücksverständnis heraus, indem er ihm ein starkes Lebenskonzept gegenüberstellt, das den Menschen in seiner Komplexität anerkennt und das Leben mit seinen Höhen und Tiefen ins Zentrum seiner Betrachtungen rückt. Die Lektüre zentraler Textstellen aus seinem Buch *Glück. Alles, was Sie darüber wissen müssen, und warum es nicht das Wichtigste im Leben ist* lädt die Lernenden ein, ihr Verständnis von Glück zu überdenken und Erfüllung im Leben jenseits oberflächlicher Freuden zu suchen. Sie ermutigt zur aktiven Gestaltung eines erfüllten Lebens im Sinne der philosophischen Lebenskunst. Die Jugendlichen lernen, verschiedene Arten von Glück zu unterscheiden, und setzen sich mithilfe vielfältiger handlungs- und produktionsorientierter Verfahren ganzheitlich mit dem Thema Glück auseinander.

## Materialübersicht

### Stunde 1 und 2 Was ist Glück?

[Die Lernenden erstellen eine Collage aus selbst mitgebrachten Materialien.]

### Stunde 3 und 4 Was, wenn das Glück dich zufällig trifft? – Auf die Haltung kommt es an!

M 1 (Bd)  
M 2 (Tx)  
Wenn plötzlich das Glück vor der Tür steht  
Wilhelm Schmid: Das Unfallsglück

### Stunde 5 und 6 Ist Spaß das Wichtigste im Leben? – Der Wert des Wohlfühlglücks

M 3 (Bd/Fo)  
M 4 (Tx)  
M 5 (Ab)  
Freude und Leid – beide gehören zum Leben  
Wilhelm Schmid: Das Wohlfühlglück  
Teste dein Textverständnis! – Ein Begriffspuzzle

### Stunde 7 Was bleibt in der Not? – Was Glück wirklich für dich bedeutet

[Die Lernenden diskutieren über selbst erstellte Fotos von Dingen, die für sie wertvoll sind.]

### Stunde 8 Ist es sinnvoll, glücklich zu sein? – Das Glück der Verbundenheit

M 6 (Tx)  
Wilhelm Schmid: Über den Zusammenhang von Glück und Sinn

### Stunde 9 und 10 Kann es glücklich machen, unglücklich zu sein? – Das Glück der Fülle

M 7 (Tx/Fo)  
M 8 (Ab)  
Wilhelm Schmid: Das Glück der Fülle  
Was ist das Glück der Fülle? – Ein Partnerinterview

### Stunde 11 und 12 Lernerfolgskontrolle

M 9 (Ab)  
Klausurvorschau Wilhelm Schmid: Das Glück des Unglücklichseins

### Stunde 13 und 14 Bist du ein philosophischer Lebenskünstler?

M 10 (Ab)  
M 11 (Tx/Bd)  
M 12 (Tx)  
Erstelle dein eigenes Glücksprodukt!  
5 Dinge, die Sterbende am meisten bereuen  
Schreibaufträge für das philosophische Portfolio

#### Abkürzungen

Ab = Arbeitsblatt, Bd = Bild, Fo = Folie, Tx = Text

#### Minimalplan

Ist es zu zeitaufwändig, in der ersten Stunde Collagen erstellen zu lassen, kann die kreative Phase zugunsten eines Plenumsgesprächs entfallen, in dem der Begriff „Glück“ erörtert wird. An die Stelle der Betrachtung von Fotos kann ein Gedankenspiel treten, das schriftlich oder mündlich durchgeführt wird. Die Erstellung eines eigenen Produkts in den Stunden 13 und 14 ist fakultativ. An die Stelle einer abschließenden schriftlichen Leistungsüberprüfung kann die Bewertung der Schülerprodukte treten.



Alle unsere Unterrichtseinheiten bieten wir Ihnen in unserem **Portal RAAbits Ethik online** nun auch als veränderbare Word-Dokumente an.

## M 4 Wilhelm Schmid: Das Wohlfühlglück

*Spaß und gute Laune gehören zum Leben. Wer wünscht sich nicht, möglichst oft gut drauf zu sein? Schöne Dinge wie ein leckeres Essen, ein tolles Konzert oder einfach eine gute Zeit mit Freunden genießen – das sind für viele die Highlights des Alltags. Wichtig aber ist, um deren Vergänglichkeit zu wissen.*

Suchen Menschen in moderner Zeit nach Glück, so verstehen sie darunter meist, dass es ihnen gut geht, dass sie gesund sind, sich wohlfühlen. Spaß haben, angenehme Erfahrungen machen, Lüste empfinden, Erfolg haben, kurz: all das erleben, was als positiv gilt. Menschen suchen ihr Glück vorzugsweise in der „guten Stimmung“, und wenn es dann doch zu einer Verstimmung kommt, müssen sie sich von dieser lästigen Störung alsbald wieder befreien.

[...] In England präzisierte Jeremy Bentham, der Begründer der philosophischen Schule des Utilitarismus, was unter Glück zu verstehen sei. [...] Glück sei, so Bentham in seinem Buch *Einführung in die Prinzipien der Moral und der Gesetzgebung*, [...] eine Maximierung von Lust sowie Minimierung oder besser Eliminierung von Schmerz. [...]

Nicht dass es in irgendeiner Weise verwerflich sein könnte, Lüste zu empfinden und von Schmerzen frei zu sein. Das Problem ist nur: Diese Art von Glück hält nie lange vor. Es hat seine Zeit, die „gute Stunde“ eines *bonheur*, es hält glückliche Augenblicke bereit für die der Einzelne sich offen halten und die er auch selbst präparieren kann. [...] Solch ein Glücksmoment ist eine aromatisch duftende, wohlschmeckende Tasse Kaffee. Oder ein schöner Film, der zelebriert wird oder für den man vielleicht einen ganzen Abend im Kino verbringt. Oder das vertraute Gespräch, in dem Liebende und Freunde sich miteinander gelegentlich so weit verlieren, denn die Aufmerksamkeit des Anderen tut so gut, dass es dabei kaum je zur Sättigung kommt. Oder die Wellness, die in der Sauna, im Spa oder sonst wo zu genießen ist. Die Schokolade nicht zu vergessen. [...]

Auch die Herausforderung, die bewältigt wird, die neue Erkenntnis, die neue Erfahrung, der unbekannte Weg, die ungewohnte Umgebung, die andere Tätigkeit, solange sie den Reiz des Neuen bietet. Und durchweg die Freude auf all das, das Verlangen und Begehren danach, das oft mehr Glück vermittelt als das Genießen selbst, noch dazu eines, das weit länger vorhält. [...] Man kann sich wohlfühlen aufgrund eines Gelingens, eines Erfolgs, die umso mehr zu genießen sind, wenn ihnen eine große Anstrengung vorausgegangen ist, aber an Genuss verliert, wenn sie keine Mühe gekostet haben, da dann die Kontrasterfahrung fehlt. [...]

Ohne jeden Zweifel hat dieses Glück seine Bedeutung, und es ist sinnvoll, es zu nutzen, und auch nicht zu knapp. Aber es ist die philosophische Lebenskunst, die einen Menschen davor bewahren kann, das gesamte Leben mit einem einzigen Wohlfühlglück zu verwechseln. Beizeiten stellt sie ihn darauf ein, dass es noch andere Zeiten geben wird, dass nicht alles jederzeit lustvoll sein kann und völlige physische und psychische Schmerzfreiheit nicht zu erreichen ist.

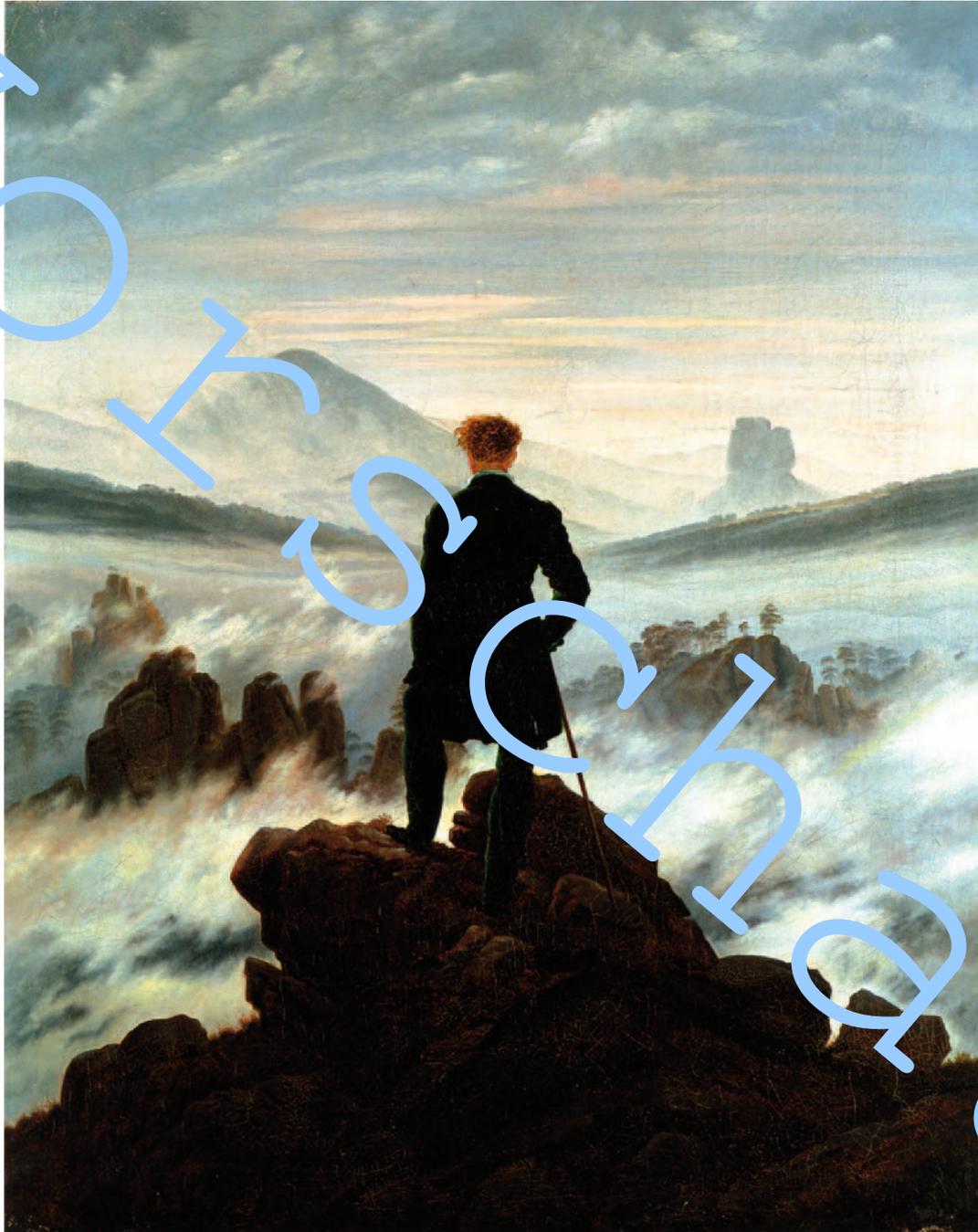
Wie es um die Maximierung der Lust bestellt ist, kann jede und jeder im Grunde jeden Tag in Erfahrung bringen: Ein Essen schmeckt sehr gut? Nach der dritten Portion verkehrt sich das Wohlgefühl in ein Unwohlsein. Der Wein ist exzellent? Aber der Genuss wächst keineswegs mit der Zahl der Gläser. Das Gespräch ist spannend? Aber irgendwann macht sich Erschöpfung breit. Was eben noch so lustvoll erschien, verliert plötzlich an Anziehungskraft.



Zeichnung: Stefanie Höpfner.

## M 7 Wilhelm Schmid: Das Glück der Fülle

*„Heitere Gelassenheit ist das Bewusstsein davon, dass in allem, was ist, auch noch etwas anderes möglich ist; dass Höhen und Tiefen sich abwechseln wie Tag und Nacht, wie Ein- und Ausatmen; dass dies der Takt des Lebens ist, das aus der Polarität in allen Dingen seine Spannung bezieht.“ (Wilhelm Schmid)*



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

### Aufgabe (M 7)

Beschreibe das Bild „Wanderer über dem Nebelmeer“ von Caspar David Friedrich. Stelle dann einen Bezug her zwischen dem Bild oben und dem Text Wilhelm Schmid's. Welche Facetten des „Glücks der Fülle“ finden sich im Bild wieder? Welche Haltung dem Leben gegenüber kommt hier zum Ausdruck?

## M 7 Wilhelm Schmid: Das Glück der Fülle

*Freude und Leid, Sinn und Verbundenheit – wie passt das zusammen? Im nachfolgenden Text erläutert Wilhelm Schmid, was für ihn das „eigentlich philosophische Glück“ ausmacht. Zugleich stellt 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.

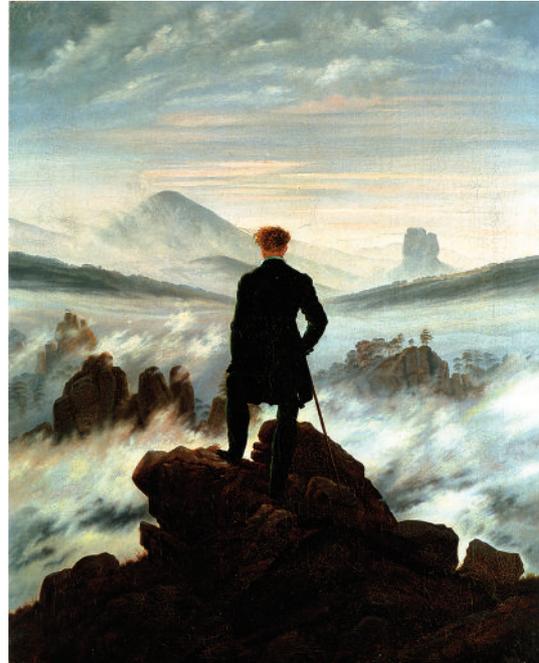
Abhängig ist dieses Glück der Fülle immer von der *geistigen Haltung* zum Leben, die ein Mensch einnimmt und im Laufe der Zeit im Denken erübt, ausgehend von der Überlegung, was denn das Eigentümliche des Lebens durch all seine Phänomene und Unwägbarkeiten hindurch ist: Ist es nicht die *Polarität*, die Gegensätzlichkeit und Widersprüchlichkeit, die sich in allen Dingen und Erfahrungen zeigt?

[...] Die gesamte Weite der Erfahrungen zwischen Gegensätzen vermittelt erst den 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, nicht abhängig von günstigen und ungünstigen Zufällen, von den momentanen Schwankungen zwischen Wohlgefühl 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



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

Das philosophische Glück meint die immer aufs Neue zu findende Balance in aller Polarität des Lebens.

## M 8 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.
① Wodurch unterscheidet sich das Glück der Fülle vom Zufalls- und Wohlfühlglück?	
	② Was meint Schmid mit dem Begriff Polarität in Bezug auf das Glück der Fülle?
③ Nenne drei der Gegensatzpaare, die laut Schmid zum Glück der Fülle gehören.	
	④ Wie nennt Schmid die geistige Haltung, die der philosophische Lebenskünstler dem Glück der Fülle gegenüber einnehmen sollte? Erkläre, was damit gemeint ist.

### Aufgabe (M 8)

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.

## M 11 5 Dinge, die Sterbende am meisten bereuen

Die Australierin Bronnie Ware ist Palliativpflegerin und betreut sterbenskranke Menschen. Diese hat sie gefragt, was sie am Ende ihres Lebens am meisten bereuen. Anbei findest du eine Liste mit den fünf Versäumnissen, welche sie genannt haben.

### Versäumnis Nummer 1:

Ich wünschte, ich hätte den Mut gehabt, mir selbst treu zu bleiben, statt so zu leben, wie andere es von mir erwarteten.

### Versäumnis Nummer 2:

Ich wünschte, ich hätte nicht so viel gearbeitet.

### Versäumnis Nummer 3:

Ich wünschte, ich hätte den Mut gehabt, meinen Gefühlen Ausdruck zu verleihen.

### Versäumnis Nummer 4:

Ich wünschte, ich hätte den Kontakt zu meinen Freunden gehalten.

### Versäumnis Nummer 5:

Ich wünschte, ich hätte mir mehr Freude gegönnt.



Zeichnung: Stefanie Höpfer.

Text: Ware, Bronnie: 5 Dinge, die Sterbende am meisten bereuen: Einrichten, die Ihr Leben verändern werden. Arkana Verlag, München 2013.

### Aufgaben (M 11)

1. Stellt Vermutungen darüber an, welche Versäumnisse Sterbende am Ende ihres Lebens am meisten bereuen. Vergleicht eure Antworten anschließend mit denen, die Bronnie Ware erhalten hat. Äußert euch zu Entsprechungen und Unterschieden, aber auch dazu, welche Nennungen euch überrascht haben.
2. Stellt einen Bezug zu Wilhelm Schmid's Glückskonzept her. Arbeitet heraus, mit welchen Glücksarten oder welchem Verständnis von Glück die einzelnen Versäumnisse korrespondieren. Haltet eure Ergebnisse auf Folie fest.