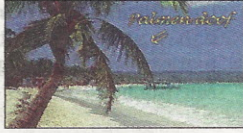


Alfter-Anzeiger

Nachrichten für Poppenbüttel, Sasel, Wellingsbüttel, Bergstedt, Duvenstedt und Lemsahl-Mellingstedt – Tel. 601 77 99



Jazzfrühschoppen
& Flohmarkt am
28. Juni in Lemsahl-
Mellingstedt
Seite 3



Liga-Testspiel, Lese-
club mit Findus,
Repair-Café und
Medaille für Sasel
Seiten 9 - 11



Ein französischer
Sommertraum wird
am 28.6. in der Hen-
neberg-Burg wahr
Seite 19

Ausgabe 3393 — 69. Jahrgang

Auflage 31.900

Donnerstag, 25. Juni 2015

Gelassenheit – eine Frucht harter Arbeit Philosophie des Alltagslebens, Folge 15

“Gelassenheit!” heißt ein Motto, das unser Leben verbessern helfen soll. Doch ebenso wie fürs “Glücklichsein” gibt es keinen direkten Weg, auf dem Gelassenheit zielstrebig zu erreichen wäre. Man erlebt sie - unter glücklichen Umständen - als Kollateralnutzen.

Man kann auch nicht ohne weiteres von “der” Gelassenheit ganz allgemein reden, sondern zunächst nur von der einen oder anderen Gelassenheit, die man gegenüber der einen oder anderen Herausforderung an den Tag legt. Man muss Gelassenheit ferner abgrenzen von Einstellungen, die besser als Gleichgültigkeit, Lethargie, Resignation oder Unverfrorenheit zu bezeichnen wären.

Eine Gelassenheit ist die Frucht harter Arbeit - Arbeit am Problem, das uns gerade herausfordert, Arbeit an unserer Einstellung dazu, lebenslange Arbeit an der Schaffung einer auskömmlichen materiellen und ideellen Ressourcenlage, die uns prinzipiell in die Lage versetzt, allerlei auszuhalten. Gelassenheit kostet Überwindung, ähnlich wie Toleranz, das macht sie moralisch wertvoll. Wer in zahlreichen Lebenslagen eine Gelassenheit aufgebracht hat, dem mag die Tugend “der Gelassenheit” als Prädikat zuerkannt werden, allerdings stets unter Anrechnung seiner Ressourcenlage: Wer so gut wie unangreifbar und unverwundbar ist, dem fällt Gelassenheit leichter. Gelassenheit kann nicht nur das persönliche Wohlbefinden steigern, sondern auch unsere Sozialverträglichkeit.

Notwendige Bedingungen sind: die Einsicht, dass Erfolg und Glück nicht allein von uns abhängen, weil wir in komplexen natürlichen und gesellschaftlichen Rahmenbedingungen leben; ferner die Einsicht, dass wir uns in den betreffenden Situationen nicht allein befinden, sondern in der vielfach zahlreichen Gesellschaft von Leidensgenossen. Ausschlaggebend ist der Eindruck, dass wir speziell zur Bewältigung der in Frage stehenden Herausforderung, oder auch ganz generell zur Bewältigung von Herausforderungen einen nennenswerten Beitrag geleistet haben oder noch leisten werden

Garantiert ist Gelassenheit dadurch nicht. Wir können der Angst, Hoffnungslosigkeit, Verzweiflung anheimfallen. Darin kann uns Trost zuteilwerden, doch der solcherart beruhigte Mensch ist von der Gelassenheit, zu der auch stets ein Quäntchen Heiterkeit gehört, noch weit entfernt, auf frühere Stufen seiner Arbeit zurückgeworfen.



Anregungen? Einwände? Fragen? helmut@stubbe-daluz.de