

Sinn und Glück

Lebenserfüllung und Prophylaxe für den Umgang mit Belastungen

Jeder Mensch hat die Sehnsucht, Glück in seinem Leben zu erfahren. Und es ist ein besonderes Geschenk, wenn wir sagen können: „Ich bin glücklich!“

Es scheint, dass die Glückserfahrung die Sinnerfahrung vitalisiert.

Neben einer Verhältnisbestimmung von Sinn und Glück soll es in diesem Vortrag vor allem um die inneren Bedingungen und Haltungen des Menschen gehen, die es dem Glück möglich machen, uns aufzusuchen. Und es lohnt ein Blick auf die äußeren Lebensbedingungen und ihre unser Glück fördernden und behindernden Wirkungen. Dies alles dient nicht nur der Steigerung der persönlich erlebten Lebensfülle, sondern darüber hinaus der Prophylaxe für den Umgang mit Belastungen.