

3 Fragen zum Glück an...



© forum

Georges Christen, stärkster Mann in Luxemburg

Wer Sport treibt, ist nicht nur körperlich fitter, sondern fühlt sich auch glücklicher. Wie würden Sie einen Sportmuffel mit Depressionen überzeugen, mit dem Sport anzufangen?

Ich glaube, dass man davon ausgehen kann, dass ein Sportmuffel, der sich wohl fühlt, durchaus ein zufriedener Mensch sein kann, den man vielleicht gar nicht zu seinem Glück zwingen muss. Wenn es sich jedoch um einen Menschen handelt, der unter seiner Antriebslosigkeit leidet und dadurch an Depressionen erkrankt, besteht ggf. Handlungsbedarf. Generell würde ich jedem raten, eine gesunde, goldene Mitte zu finden. Der beste Sport ist ein moderierter Sport, im Idealfall eine Mischung aus Konditionssport, Flexibilität und Kraftaufbau. Das was ich mache, ist Extremsport, zu dem mich einst der Drang etwas Außergewöhnliches zu leisten, ja, vielleicht sogar ein jugendliches Geltungsbedürfnis geführt hat und der sich über die Jahre hinweg zu einem eigenen Geschäftsmodell entwickelt hat, so dass ich vom Berufssport leben kann.

Sie werden allseits für Ihre positive Ausstrahlung und Ihre gute Laune gerühmt. Was machen Sie selbst, wenn Sie mal richtig schlecht drauf sind?

Ich habe es mir zum Lebensprinzip gemacht, auch wenn es mir einmal nicht so gut geht, dies nicht auf andere zu übertragen. Manchmal hat man den Eindruck, dass es bestimmten Menschen regelrecht Genugtuung bereitet, ihre Unzufriedenheit und ihren Frust an anderen auszulassen. Leider erwischt es erfahrungsgemäß immer Außenstehende, die eigentlich keine Schuld trifft, die aber verletzt werden. Missmut ist übertragbar, viele Menschen haben nicht den Mut, denjenigen zu konfrontieren, der ihnen auf den Schlipps getreten ist oder ihnen zugesetzt hat, sondern fressen ihren Frust möglicherweise in sich hinein, um ihren Ärger dann ausgerechnet an jenen Menschen auszulassen, die es eigentlich nur gut mit ihnen meinen. Das versuche ich möglichst zu vermeiden. Natürlich gelingt einem das nicht immer, schließlich sind wir alle nur Menschen. Trotzdem sollte man sich das zumindest zum Vorsatz nehmen. Was hat man schon davon, anderen Menschen den Tag zu vermiesen?

Sie haben 26 Einträge im Guinnessbuch der Weltrekorde. Gibt es etwas, das Sie noch nicht erreicht haben, aber unbedingt erreichen wollen?

Man hat im Leben doch immer irgendwie das Gefühl, dass das Unerreichte das Erreichte überwiegt. Ich hatte das Glück, in dem Bereich, in dem ich arbeite, dem des sogenannten ‚Old-time Strongman‘, das zu erreichen, was ich mir einst vorgenommen hatte. Im Gegensatz zu seiner heutigen Form, die zunehmend auf dem reinen sportlichen Wettkampf und einem Kräftenessen etwa im Bereich des Powerlifting beruht, beinhaltet mein Bereich eine Kombination aus Schwerathletik und einer Art des Varieté, die als Unterhaltungsspektakel im Beisein eines Publikums interaktiv präsentiert wird und bei dem u.a. die artistische Darbietung im Mittelpunkt steht. Diese Form der

Präsentation hat den Vorteil, dass man sich seine Nummer selbst kreieren kann und nicht an vorgegebene Wettbewerbskriterien gebunden ist. Abgesehen vom Beruf gibt es natürlich noch zig Lebensbereiche, in denen man noch dies oder jenes hätte erreichen können oder wollen, aber ich vermute, es geht wohl jedem so.



© Loterie Nationale

Léon Losch, Direktor der Loterie Nationale

Macht Ihre Arbeit Sie glücklich?

Meine Arbeit gibt mir eine sehr große Zufriedenheit, und das ist ein wichtiger Bestandteil des Glücklicheins. Sie kommt daher, dass mein Job sehr komplex, gleichzeitig aber auch sehr kreativ ist. Des Weiteren konnte ich in den vergangenen 25 Jahren die Loterie Nationale von Grund auf erneuern und von sechs auf heute 46 Mitarbeiter ausbauen. Das hat mir besondere Zufriedenheit beschert; miterleben zu dürfen, wie ein Betrieb gesund wächst und auch die Mitarbeiter mit ihren Familien gewachsen sind. Hinzu kommt, dass die ganze Arbeit, die wir in der Loterie Nationale leisten, dem Allgemeinwohl zu Gute kommt, da der Erlös unserer Arbeit zu 100% in gute Zwecke (Soziales, Kultur, Sport, Umwelt, *Mémoire*) einfließt. Für mich ist das der Jackpot!

Versprechen Sie als Direktor der Loterie Nationale Geld, oder versprechen Sie Glück?

Ich würde niemals Glück versprechen. Ich verspreche nicht einmal Geld. Es ist eben eine Lotterie, wobei man viel Glück braucht, um zu gewinnen. Trotzdem ist ein großer Geldgewinn noch keine Garantie zum wahren Glück. Ich verspreche, dass, wenn Sie ein Los kaufen, Sie eine berechtigte Hoffnung (und sei sie noch so klein) auf einen Gewinn haben dürfen. Ohne Los ist die Chance gleich null. Die Loterie Nationale verspricht, dass wir diese Chance mit aller Transparenz und Integrität behandeln.

Hat die luxemburgische Lotterie schon Menschen unglücklich gemacht?

Da wir die Menschen nicht glücklich machen, können wir Sie auch nicht unglücklich machen. Natürlich gibt es Enttäuschte. Das sind die, die glauben, Losglück könne man erzwingen. Das gelingt aber nicht, auch nicht, wenn man viel spielt, und deshalb kann das Frustrationen hervorrufen. Dann gibt es noch die Spielsucht. Diese Krankheit kann Menschen in großes Leid treiben, und deswegen ist die Loterie Nationale stets darum bemüht, ihre Spiele so zu gestalten, dass das Suchtrisiko gegen null geht.

C'est Karma, Shooting-Star am luxemburgischen Musikhimmel

Braucht der Mensch Musik, um glücklich zu sein?

Spontan würde ich auf diese Frage – und zwar ohne zu zögern – mit einem klaren Ja antworten. Auf mich trifft das jedenfalls eindeutig zu. Ich denke, dass die Tatsache, dass der Mensch seit jeher Musik macht, sie hört und dazu tanzt, ein Zeichen dafür ist, dass Musik ihm gut tut. Sie ist ein Medium, das uns miteinander verbindet, in vielen verschiedenen Arten und Weisen. Musik verbindet uns mit Freunden, wenn wir gemeinsam tanzen, feiern oder Konzerte besuchen. Zum anderen verbindet uns Musik jedoch auch mit Menschen, die wir gar nicht persönlich kennen, nämlich mit den Musikern. Kunst im Allgemeinen und, in meinen Augen,

Musik im Besonderen haben die einzigartige Fähigkeit, Menschen das Gefühl zu geben, ihre Gedanken und Empfindungen mit anderen zu teilen, ohne sie persönlich zu kennen, und so fühlt auch der Hörer eine Verbindung zu denen, die die Musik erschaffen haben. Aus eigener Erfahrung würde ich also behaupten, dass es unter anderem diese Verbundenheit ist, die uns glücklich macht, wenn wir Musik hören. Ich erlebe dies Verbindung – sowohl aus der Perspektive einer Musikhörerin, aber auch aus der der Musikschaaffenden – als unentbehrlich. Und ich habe in keinem anderen Medium, in keinem Lebensbereich und in keiner Kunstrichtung bisher etwas Vergleichbares empfunden. Musik zu machen ist für mich der perfekte Weg, um mich auszudrücken, sowohl politisch als auch emotional und sozial, und ich habe daher, seit ich Musik entdeckt habe, das starke Bedürfnis, Musik zu machen, um mich von Lasten zu befreien oder meine Gedanken zu ordnen. Aus der Perspektive eines Zuhörers würde ich genau das gleiche behaupten. Musik erlaubt es den Menschen, sich in alle möglichen Gefühlslagen zu versetzen und kann sowohl aufmuntern als auch trösten. Sie kann auch eine sehr feierliche Wirkung auf uns haben. Kurz, um auf die Frage zurückzukommen: Ja, ich brauche Musik, um glücklich zu sein, und ich bin sicher, dass der Großteil der Menschen das ähnlich sieht wie ich.

Bist du glücklich, wenn du auf der Bühne stehst? Wenn ja, hört das Glücksgefühl auf, wenn das Konzert vorbei ist?

Eigentlich bin ich glücklich, wenn ich auf der Bühne stehe, jedoch kommt es auch mal vor, dass ich mich unwohl fühle und dann nicht glücklich bin, aber das ist eher die Ausnahme. Generell versuche ich immer, mich vor Auftritten mit Menschen zu umgeben, die ich mag, und mich auch mental gut vorzubereiten, damit ich mich innerlich schon auf das Konzert freuen und mit einem guten Gefühl auf die Bühne steigen kann. Wenn ich dann auf die Bühne trete, mit Vorfreude und gutem Gefühl, dann steht meinem Glück eigentlich nichts mehr im Weg. Das Gefühl, auf einer Bühne zu stehen und seine Musik mit aufmerksamen Zuhörern zu teilen, ist einzigartig und sehr befreiend. Es ist vor allem der Austausch, den ich mit meinem Publikum habe, der mich glücklich macht. Als besonders schön erlebe ich die Nachfreude – das Glücksgefühl nach einem

gelingenen Konzert. Und auch die Erinnerung daran, noch nach Wochen, teilweise nach Monaten, macht mich glücklich.

Gibt es einen Glücksunterschied zwischen Musikhören und Musikhören?

Ja. Ich denke, dass man sehr viel von sich selbst in seine eigene Musik steckt und somit eine engere Beziehung zu ihr hat als ein Hörer. Das Musikschieben ist ein ganz eigenartiger Prozess (bei mir zumindest). Ich muss in einer ganz bestimmten Stimmung und Gefühlslage sein, um überhaupt schreiben zu können. Und wenn ich diesen „Zustand“ dann erreicht habe, könnte ich stundenlang neue Sachen ausprobieren. Nach diesen langen Sitzungen bin ich immer mit einer Überladung Glück erfüllt, da ich beim Musikhören wirklich alles loslassen und einfach „machen“ kann. Ich denke, der Unterschied zwischen einem Menschen, der Musik hört, und jenem, der Musik schafft, ist, dass der Musikhörer der Musik zwar seine ganz eigene Bedeutung geben kann, er jedoch nicht an die tiefe Verbindung herankommt, die ein Musiker empfindet. Wenn man sich in der Position des Zuhörers befindet, konsumiert man die Musik eher, während der Musiker seine Musik grob gesagt „besitzt“. Ohne die eine oder andere Seite höher zu bewerten, kann man wohl sagen, dass ein Musiker und ein Zuhörer andere Glücksgefühle mit der Musik verbinden. Beide Glücksempfindungen sind schön und einzigartig, jedoch denke ich, dass sie sich unterscheiden. ♦



© Léa Giordano