

FLORIAN LANGENSCHIEDT und **CHRISTOPH WELLENDORFF** sind ausgewiesene Experten für das schönste aller Gefühle. Im Gespräch mit BUNTE erklären sie, warum weniger oft mehr Glück ist und die kleinen Momente häufig die großen sind

Waren Sie heute schon glücklich?

CW: Ja, gleich am Morgen, als ich eine wunderbare Textnachricht von meiner Tochter bekommen habe. Sie hat mir Glück für den Tag gewünscht.

FL: Sogar schon zwei Mal. Zuerst gab es da diesen kleinen Moment allein draußen im Garten, trotz des schlechten Wetters, dann das erste „Ich liebe dich“ des Tages von meiner Frau.



Was macht Sie zutiefst happy?

CW: Musik. Beim Klavierspielen gibt es keine Zeit mehr, da ist man verbunden mit der Musik, mit einem Werk, das jemand vor Hunderten von Jahren geschrieben hat. Auf einmal sprüht es in einem hoch, man lebt es. Wenn der Eindruck so stark ist, dass es keine Zeit mehr gibt, ist das der große Glücksmoment für mich.

FL: Liebe. Glück ist für mich Liebe. Zu mir selbst, zu den Menschen um mich herum, zu meinem Tun, zu meinen Wünschen, zur Umwelt. Momente des Glücks sind immer Momente des Einsseins mit sich, des Friedens mit sich selbst.

WAHRE WORTE

Be happy! Klar, aber wie? Florian Langenscheidt stellt im neuen



Ausfüllbuch die richtigen Fragen. Jeder Leser findet seine eigenen Antworten (Heyne, ca. 15 €)

In 24 Spaziergängen geht der Autor das Thema Glückssuche



in diesem Buch an. Seine Ratgeber: große Philosophen (Heyne, ca. 10 €)



BESTSELLERAUTOR

FLORIAN LANGENSCHIEDT

MIRIAM & FLORIAN LANGENSCHIEDT bei der Gala „Ein Herz für Kinder“ in Berlin

Was ist

Kann man Glück teilen?

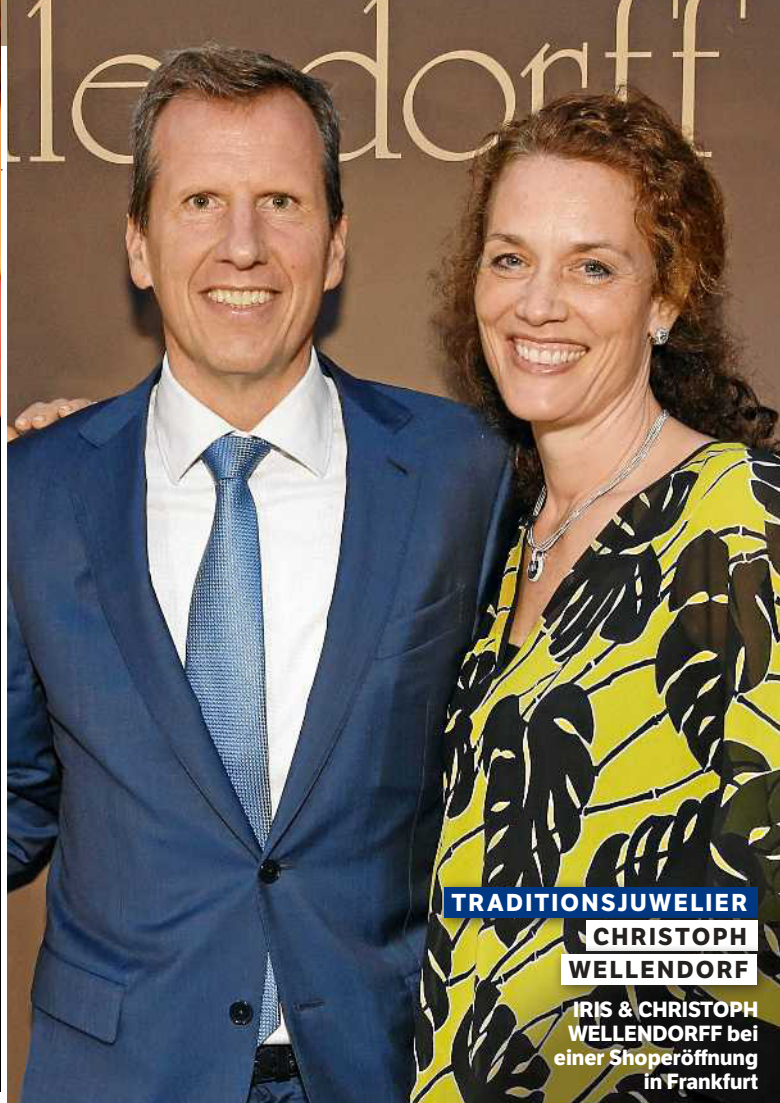
FL: Paradoxerweise tun wir mehr für das eigene Glück, wenn wir uns um das Glück anderer kümmern, um unsere Partner, unsere Kinder oder Leute im Altersheim an der nächsten Ecke.

CW: Glück ist das Einzige, was sich verdoppelt, wenn man es teilt. Das ist ja auch die Grundidee des Schenkens.



Ist ein frohes Gemüt Veranlagung?

FL: Laut Genforschung sind wir Menschen unterschiedlich disponiert. Es gibt Menschen, die glücksfähiger sind. Das hängt mit Hormonaus-



**TRADITIONSJUWELIER
CHRISTOPH
WELENDORFF**

IRIS & CHRISTOPH
WELENDORFF bei
einer Shopperöffnung
in Frankfurt

GLÜCK?

schüttungen und Botenstoffen zusammen. Aber da wird nur eine Bandbreite vorgegeben. Innerhalb dieser Bandbreite liegt es an mir selbst, was ich daraus mache. Glück ist auch eine Entscheidung.

CW: Es ist eine Frage der Einstellung, des Erwartungsmanagements und aktiven Zugreifens.



Ist Glück eine Gunst des Schicksals?

FL: Auf jeden Fall auch ein Stück weit Gnade. Deutschland ist doch eine Insel der Seligen! Wir sind umgeben von Terror und Flucht. Wir können froh sein, wie gut es uns geht – das sollte man ab und zu auch mal auf sich wirken lassen.

CW: Ich glaube, diese amerikanische Idee „Frage nicht, was dein Land für dich tun kann, sondern was du für dein Land tun kannst“ gilt auch für das Glück. Jeder sollte an seinem eigenen Glücksindex arbeiten und aktiv Glück schaffen.



Wie locke ich das Glück?

CW: Für mich ist diese Frage ein Schlüssel zum Glücklichein: Wie überrasche ich den Menschen, der mir am wichtigsten ist? Und wenn dann die Antwort ein Brief, ein Bild oder ein Schmuckstück ist, werden wir zum Schöpfer von Glück.

FL: Durch Dankbarkeit. Die beste Glücksstrategie ist, mit dem zu leben, was man hat, sich darin einzurichten und das Beste daraus zu machen. Der größte Glückskiller ist Neid. Das Wesentliche im Leben lässt sich ohnehin nicht kaufen: Liebe, Freundschaft, Zuneigung.



Kann man Glück festhalten?

FL: Immer Glück zu haben geht nicht. Genauso wenig wie immer nur Küssen im Sonnenuntergang oder ausschließlich Schokolade essen. Glück lebt vom Unglück und ist niemals Dauergast bei uns.

CW: Wahres Glück ist etwas, an das wir uns immer wieder gern erinnern wollen. Und je mehr Sinne angesprochen werden, umso größer ist die Chance, dass wir einen echten Glücksmoment in unserem Gedächtnis speichern können.

EDLE GLÜCKSBINGER



HIMMELSBOTE
Wellendorff-Collier „Sternschnuppe“, ca. 61700 €



FLECHTWERK
Ringe „Lebensglück“ von Wellendorff, je ca. 12300 €