



Foto:
Moritz Lemm

Sind Sie glücklich,
liebe Leserin, lieber Leser?

Das fragen wir Sie. Das haben wir auch eine Fülle von Personen gefragt. Die Antworten, warum und wann diese Menschen glücklich sind, finden Sie in Statements quer durch das Heft. Die Aussagen sind so breit wie das Glück selber.

Was ist eigentlich Glück, haben wir einen Glücksforscher gefragt. Bellebaum (S. 5) stellt fest, dass Glück viele Gesichter hat.

Was sagt die Psychologie übers Glück? Antworten finden Sie bei Quitmann ab Seite 19.

Ist selig sein gleichbedeutend mit glücklich sein? Lesen Sie mehr in unserer Besinnung ab Seite 14.

Der Philosoph Aristoteles hat vor über 2000 Jahren behauptet, dass der Mensch vor allem glücklich sein will, das Glück sei die Kernantriebsfeder des Menschen. 2000 Jahre später stellt der US-Psychologe Mihaly Csikszentmihaly fest, dass Glück um seiner selbst willen angestrebt wird, während jedes andere Ziel – Gesundheit, Schönheit, Geld oder Macht – nur geschätzt wird, weil man glaubt, dass es glücklich macht. Er sagt, wenn wir Glück empfinden, fühlen wir uns im Fluss. Der »Flow« stellt sich ein wenn

- man konzentriert einer Sache nachgeht,
- selbst bestimmt handeln kann,
- keine Unterforderung (boreout) noch Überforderung (burnout) erlebt,
- ein klares Ziel vor Augen hat und
- ein unmittelbares Feedback erhält.

Flow bringt Befriedigung und Verlust des Zeitgefühls und der Selbstwahrnehmung; wir sind glücklich, wenn wir in einer Sache »aufgehen«.

Oder sollten wir es lieber mit Dichter Clemens Brentano halten:

*Glück ist gar nicht mal so selten,
Glück wird überall beschert,
Vieles kann als Glück uns gelten,
was das Leben uns so lehrt.*

*Glück ist jeder neue Morgen,
Glück ist bunte Blumenpracht,
Glück sind Tage ohne Sorgen,
Glück ist, wenn man fröhlich lacht.*

*Glück ist Regen, wenn es heiß ist,
Glück ist Sonne nach dem Guss,
Glück ist, wenn ein Kind ein Eis isst,
Glück ist auch ein lieber Gruß.*

*Glück ist Wärme, wenn es kalt ist,
Glück ist weißer Meeresstrand,
Glück ist Rube, die im Wald ist,
Glück ist eines Freundes Hand.*

*Glück ist eine stille Stunde,
Glück ist auch ein gutes Buch,
Glück ist Spaß in froher Runde,
Glück ist freundlicher Besuch.*

*Glück ist niemals ortsgebunden,
Glück kennt keine Jahreszeit,
Glück hat immer der gefunden,
der sich seines Lebens freut.*

Machen Sie es wie Brentano:
Freuen Sie sich einfach Ihres Lebens.
Vielleicht stellt sich das Glück
dann ganz von alleine ein?

Viel Glück wünscht

Martin Herrlich

4 Jahre preisstabil – Orientierung passt Abopreise zum Januar 2015 an.

Seit 2011 konnten wir die Preise für Orientierungsabos stabil halten, in diesem Jahr sehen wir uns aufgrund der Zahlen gezwungen, die Preise für ein Einzelabo für 4 Hefte Orientierung von 22,43 € auf **25,80 € inklusive Porto und Steuer anzuheben**. Die Preise von Mehrfachabos ändern sich entsprechend.

Wir teilen das Schicksal vieler Printmedien, dass aufgrund sinkender Abonnentenzahlen und fehlender Anzeigenkunden die Einnahmen sinken. Ein Gewinn wird also auch mit der Erhöhung nicht erzielt, nach wie vor wird die Zeitschrift vom Herausgeber BeB bezuschusst.

Wir hoffen, dass 3,37 € mehr pro Jahr Sie nicht davon abhalten, weiter die Orientierung zu lesen. Das Orientierungsteam wird auch in Zukunft alles daran setzen, dass Sie eine qualitativ hochwertige (und im Vergleich zu anderen Fachzeitschriften nach wie vor günstige) Zeitschrift in Händen halten.