

Zeitschrift: Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung

Herausgeber: Pro Senectute Schweiz

Band: 64 (1986)

Heft: 1

Artikel: Wunschloses Unglück

Autor: Staub, Eleonore

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-721106>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 07.02.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>



Eleonore Staub

Wunschloses Unglück

«Wunschloses Unglück», so heisst ein Buch von Peter Handke, das seit längerer Zeit darauf wartet, von mir gelesen zu werden. Vorläufig fasziiniert mich der Titel. Mir scheint, er umschreibe den Gemütszustand, der sich mir in Gesprächen mit manchen Mitmenschen enthüllt, sobald sie das Konventionelle verlassen und auf Wesentliches stossen.

Liege ich richtig, wenn ich «wunschloses Unglück» mit Depression gleichsetze? In einem Buch von Erich Fromm fand ich folgende Definition:

«Was ist Depression? Es ist die Unfähigkeit zu fühlen, die Empfindung, wie tot zu sein, während unsere Körper am Leben sind. Man ist ausserstande, Freude oder Traurigkeit zu empfinden. Eine deprimierte Person würde sich sehr erleichtert fühlen, wenn sie Trauer empfinden könnte. Der Zustand der Depression ist darum so unerträglich, weil man unfähig ist, irgend etwas zu fühlen; sei es Freude oder Trauer.» Fromm sieht im Glücklichsein das Gegenteil zur Depression. Unter Glücksgefühl versteht er allerdings nicht einfach Spass haben, sich amüsieren, vergnügen sein, beispielsweise zu Kulturanlässen, zu Sportmeetings oder Parties gehen, gut essen und trinken, Radio hören, Fernsehen geniessen, Liebaleien haben oder reisen, sonntags ausfliegen oder ausschlafen, überhaupt: sich etwas gönnen. Diese oberflächliche Art des Glücklichseins wird definiert als «das Vergnügen uneingeschränkten Güterverbrauchs, der Druckknopfmacht und der Faulenzerei».

Freude und Glück können als Zustand intensiver Vitalität betrachtet werden. Dieser Zustand verschmilzt unser Verlangen, die Mitmenschen zu verstehen und uns mit ihnen in Einklang zu bringen. Glück bedeutet «einen Zustand höchster innerer Aktivität und das Erlebnis wachsender Lebenskraft, die aus der schöpferischen Beziehung zur Welt und zu uns selber hervorgeht.»

Glück kann nicht im Zustand innerer Passivität, also in der Haltung des blossen Verbrauchers, gefunden werden.

In unserer westlichen Industriegesellschaft besitzen viele Menschen die Möglichkeit, sich Spass und Vergnügen zu leisten. Und doch sind viele von ihnen zutiefst deprimiert, niedergeschlagen, fühlen sich innerlich leer, leblos, fremd, weil ihre produktiven Kräfte lahmliegen. Dies wird besonders deutlich, wenn sie mit sich oder Nächsten allein sind. Damit hängt wohl auch zusammen, dass so viele Leute über Einsamkeit klagen. Sie flüchten in jede Art von Ablenkung, die ihnen Vergessen oder Betäubung verspricht. Das Davonlaufen vor sich selbst wird zuweilen ergänzt durch ein unablässiges, fruchtloses Wühlen in eingebildeten oder wirklichen Schuldgefühlen aus der Vergangenheit einerseits und Zukunftsängsten andererseits.

Die Lösung aus diesem Kreisen ums «wunschlose Ungleück», ums «Hingehaltensein ans Nichts», wie Pestalozzi es formulierte, um die innere Leere der Depression, kann nur vom einzelnen selbst vollzogen werden. Hilfestellung und guter Rat von andern bringen vielleicht dann Erfolg, wenn der oder die Deprimierte die Kraft gefunden hat zu einer wenn auch noch so unbedeutenden schöpferischen Produktivität. Ein Anstoss von aussen gab möglicherweise das Signal: Man wird gebraucht, kann sich irgendwo positiv einsetzen. Oder man sucht. Ich glaube, es gab selten eine Zeit, in der sich so viele Menschen auf der Suche nach dem Ziel, dem guten Weg befunden haben. «Das Ziel des Lebens», lese ich bei Erich Fromm, «ist, es intensiv zu erleben, ganz geboren zu werden; sich von kindischer Grossmannssucht zu erheben zur Überzeugung von den eigenen wirklichen, obwohl begrenzten Kräften, das Paradoxon zu bejahen, dass ein jeder von uns das Allerwichtigste im Weltall und zugleich nicht bedeuter ist als eine Fliege oder ein Grashälmchen; das Leben zu lieben und dennoch den Tod ohne Schrecken hinzunehmen, die Ungewissheit über die wichtigsten Fragen, vor die das Leben uns stellt, zu ertragen und dennoch unsren Gedanken und Gefühlen zu vertrauen, soweit sie wirklich die unsren sind; und schliesslich: mit sich selber allein zu bleiben und sich trotzdem eins zu fühlen mit jedem Bruder und jeder Schwester auf dieser Erde ...»

Eleonore Staub