

Oliver Hoffmann
Glück ist nicht genug



Oliver Hoffmann ist einer der führenden Experten für Wirtschaftspsychologie und Innovationsmanagement. Er erforscht die psychologischen Bedingungen zukunftsfähiger Arbeit und Ethik. Zudem berät er Unternehmen an der Schnittstelle von Technologie und Psychologie.

OLIVER HOFFMANN

GLÜCK IST NICHT GENUG

DIE RÜCKKEHR
ZU EINEM
ERFÜLLTEN LEBEN

Reclam

Der Verlag behält sich die Verwertung der urheberrechtlich
geschützten Inhalte dieses Werkes für Zwecke des
Text- und Data-Minings nach § 44b UrhG ausdrücklich vor.
Jegliche unbefugte Nutzung ist ausgeschlossen.

2026 Philipp Reclam jun. Verlag GmbH,
Siemensstraße 32, 71 254 Ditzingen
info@reclam.de

Oliver Hoffmann wird vertreten von Brauer & Kern

Umschlaggestaltung: Kosmos Design, Münster

Druck und buchbinderische Verarbeitung:

Friedrich Pustet GmbH & Co. KG,
Gutenbergstraße 8, 93051 Regensburg

Printed in Germany 2026

RECLAM ist eine eingetragene Marke
der Philipp Reclam jun. GmbH & Co. KG, Stuttgart

ISBN 978-3-15-011593-0
reclam.de

Inhalt

Prolog: Die große Lüge des Glücks	7
Eine erste Exkursion: Die Suche nach dem guten Leben	11
Warum Eudaimonia heute relevanter denn je ist	13
Eine erste Annäherung an das Konzept der Eudaimonia	18
Eudaimonia im Spannungsfeld zwischen Philosophie und Psychologie	26
Teil I: Der ewige Traum vom guten Leben – Philosophie und Psychologie der Eudaimonia	31
1. Die Idee der Eudaimonia	34
2. Die Psychologie des guten Lebens	78
Teil II: Eine neue Vermessung von Eudaimonia	125
3. Eudaimonia in der modernen Gesellschaft	125
4. Philosophie der Tugend	145
5. Eudaimonia und die Frage des Sinns	162
Teil III: Eudaimonia als persönliches Leitbild	177
6. Die Herausforderungen der Moderne	177
7. Eudaimonia in der Praxis: Ein neuer Lebensentwurf	194
8. Eine neue Perspektive: Eudaimonia im 21. Jahrhundert	209
9. Eudaimonia als Leitidee für das gute Leben	226
Epilog: Der ewige Ruf der Eudaimonia	239
Anmerkungen	241
Literaturverzeichnis	254

Prolog: Die große Lüge des Glücks

»Warum also, ihr Sterblichen, sucht ihr das Glück, das in euch liegt, außerhalb?«¹

Boethius, *De consolatione philosophiae*, 2. Buch

Wir leben in einer Ära, die das Glück zum ultimativen Lebensziel erhoben hat. »Sei glücklich!« – diese Worte sind das Mantra der kapitalistischen Postmoderne. Wir leben in einer Zeit, die geradezu besessen ist von individuellem Glück. Überall werden uns Ratgeber, Dinge und Apps verkauft, die versprechen, uns »endlich glücklich« zu machen. Doch was bedeutet das überhaupt? Was ist Glück? Ein kurzer Moment der Euphorie? Der Triumph nach einem erreichten Ziel? Die Zufriedenheit über einen vollen Einkaufswagen, ein neues Auto oder einen weiteren Urlaub, der perfekt für Instagram inszeniert ist?

Die Wahrheit ist: Glück hat uns betrogen. Es hat uns bequem gemacht, aber nicht erfüllt. Es hat uns abgelenkt, aber nicht bereichert. Während wir nach dem nächsten Dopaminschub suchen – einer Beförderung, Sex, einer Reise ans andere Ende der Welt –, vergessen wir, was dahinter liegt: ein Leben voller Sinn, Erfüllung und Verbindung. Glück ist die laute, aufdringliche Werbung, die uns blendet, während *Eudaimonia*, das erfüllte Leben, im Hintergrund flüstert und darauf wartet, dass wir zuhören. Glück, so wie wir es verstehen, ist eine Illusion. Es ist flüchtig, unzuverlässig und manipulativ. Es verspricht uns alles, hält aber nichts. Es macht uns abhängig von äußeren Umständen, die wir nicht kontrollieren können. Es lässt uns in einem ständigen Zustand des Mangels zurück – immer auf der Suche nach dem nächsten Kick, nach etwas Größerem, Besserem.

Doch der größte Betrug ist, dass wir denken, Glück sei das, wonach wir streben sollten. Dabei war es nie genug. Und tief in uns wissen wir das. Glück mag uns in Augenblicken ein Hoch-

gefühl schenken, aber es nährt uns nicht. Es erfüllt uns nicht. Es hat keinen Bestand. Wenn wir ehrlich sind, hat diese Fixierung auf Glück uns leerer gemacht als je zuvor. Nie zuvor hat sich dies deutlicher gezeigt als am Beginn der Postmoderne mit ihren grundlegenden Umbrüchen in Wirtschaft und Gesellschaft und dem Entstehen neuer Weltordnungen. In der Morgendämmerung einer erstmals denkbaren Postmangelökonomie.

Denn in Wirklichkeit gibt es etwas, das tiefer geht, etwas, das bleibender ist: Eudaimonia. Ein Wort, das aus einer anderen Zeit leise zu uns spricht, aber heute aktueller ist denn je. Es bedeutet nicht Glück im oberflächlichen Sinne, sondern Erfüllung. Ein gutes Leben. Ein Leben, das sinnvoll ist – nicht weil es übermäßig einfach ist, vielmehr weil es in Einklang mit unseren tiefsten Werten und unserer Bestimmung steht. Ein Leben, nach dem man gern stirbt. Eudaimonia fordert uns heraus, die Verantwortung für unser Leben zu übernehmen, tiefer zu graben, uns mit den unangenehmen Wahrheiten zu konfrontieren und unsere Prioritäten radikal zu hinterfragen.

Dieses Buch ist zuallererst eine Rebellion gegen die große Lüge des Glücks. Es ist definitiv kein Wohlfühlbuch, das Ihnen verspricht, dass Sie sich nach dem Lesen besser fühlen. Im Gegenteil: Es wird Sie aufwühlen. Es wird Ihnen den Spiegel vorhalten und Sie zwingen, sich mit Fragen auseinanderzusetzen, die Sie sich vielleicht schon lange nicht mehr gestellt haben. Oder noch nie. Was treibt Sie wirklich an? Was bedeutet Ihnen etwas? Leben Sie ein Leben, das nur funktioniert, oder eines, das erfüllt?

Die Suche nach Eudaimonia ist unbequem. Sie verlangt Mut, denn sie führt einen weg von dem, was leicht ist, hin zu dem, was wahrhaftig ist. Sie fordert einen heraus, die oberflächliche Jagd nach Glück gegen etwas Größeres einzutauschen: ein Leben, das man wirklich als sein eigenes begreifen kann.

Die moderne kapitalistische Gesellschaft erzählt dem Individuum heute, dass es auf dem richtigen Weg ist, solange es nur

konsumiert, funktioniert und freundlich lächelt. Aber ist das wirklich alles? Ist das genug? Wir denken, die Antwort zu kennen – und sie ist so erschreckend wie befreiend: Es ist nicht genug. Glück, wie wir es heute verstehen, ist vornehmlich Fassade. Erfüllung, Eudaimonia, ist die Substanz.

Die Reise zu Eudaimonia ist ein Prozess, der Zeit, Geduld und Hingabe erfordert. Aber sie ist es wert. Denn am Ende geht es nicht darum, glücklich zu sein. Es geht darum, *erfüllt* zu sein. Es geht darum, morgens aufzuwachen und zu wissen, dass Leben Sinn hat – weil man seinen eigenen Weg zum Sinn gefunden hat.

Sind Sie bereit, die große Lüge hinter sich zu lassen und das Leben zu führen, das Sie wirklich wollen? Dann lesen Sie weiter. Aber bedenken Sie: Diese Reise wird Sie verändern. Denn das Leben, das Sie suchen, beginnt genau hier.

Eine erste Exkursion: Die Suche nach dem guten Leben

»Instinktiv empfinden wir, dass wir unser Glück außer uns suchen müssen.«¹

Blaise Pascal, *Pensées sur la religion et sur quelques autres sujets*

Seit der Antike beschäftigt die Menschheit die Frage, was ein gutes Leben ausmacht. Ist es Glück, Tugend, Selbstverwirklichung oder moralische Integrität? Die Antworten auf diese Frage haben sich im Laufe der Geschichte gewandelt, doch die Suche nach einem erfüllten Dasein bleibt eine der zentralen Herausforderungen des menschlichen Denkens und Handelns. Die antike Philosophie, insbesondere die aristotelische Ethik, formulierte mit dem Konzept der Eudaimonia eine Idee, die weit über momentane Glückszustände hinausgeht und das gute Leben als einen Prozess kontinuierlicher Entwicklung, moralischer Exzellenz und geistiger Entfaltung versteht. Während dieses Konzept im Laufe der Jahrhunderte verschiedene Transformationen erfuhr – von der kantischen Pflichtethik über Nietzsches Vorstellung radikaler Selbsterschaffung bis hin zu den existenzialistischen Entwürfen des 20. Jahrhunderts –, bleibt die Frage nach dem Wesen eines gelungenen Lebens aktueller denn je.

In der modernen Gesellschaft ist die Suche nach dem guten Leben zunehmend von hedonistischen und konsumistischen Vorstellungen geprägt, die das Streben nach Glück mit materieller Befriedigung und sozialer Anerkennung gleichsetzen. Doch Glück als kurzfristige Lustmaximierung erweist sich als trügerisch und flüchtig. Die Psychologie hat in den vergangenen Jahrzehnten gezeigt, dass nachhaltiges Wohlbefinden nicht allein von äußeren Faktoren abhängt, sondern vielmehr aus inneren Prozessen wie persönlicher Entwicklung, Sinnstiftung und sozialer Verbundenheit entsteht. Die Strömung der Positiven Psy-

chologie knüpft hier an die eudaimonische Tradition an und weist darauf hin, dass ein erfülltes Leben nicht nur durch subjektive Zufriedenheit, sondern durch authentische Selbstverwirklichung und ethische Verantwortung geprägt ist.

Gerade angesichts immenser globaler Herausforderungen wie sozialer Ungleichheit, ökologischer Krisen und einer wachsenden Sinnleere erscheint es dringlicher denn je, die Konzepte von Glück, Erfüllung und moralischem Handeln neu zu reflektieren. Die Rückbesinnung auf Eudaimonia bietet eine philosophische wie psychologische Perspektive, die nicht nur individuelle Selbstoptimierung, sondern auch die gesellschaftliche Dimension eines gelungenen Lebens in den Blick nimmt. Dieses Buch widmet sich daher den Fragen, wie sich das antike Ideal der Eudaimonia mit modernen wissenschaftlichen Erkenntnissen und den Herausforderungen des 21. Jahrhunderts verbinden lässt – und welche Antworten es auf die zeitlose Suche nach dem guten Leben geben kann.

Warum Eudaimonia heute relevanter denn je ist

Die Welt, in der wir leben, ist geprägt von einem grundlegenden Paradox: Nie zuvor hatten wir so viele Möglichkeiten, unser Leben individuell zu gestalten, und nie zuvor waren so viele Menschen orientierungslos und innerlich leer.¹ Die Jagd nach Glück hat sich zu einer Art moderner Obsession entwickelt, angetrieben durch eine beinahe globale Kultur, die uns permanent suggeriert, dass Glück das höchste Ziel des Lebens sei.² Doch diese Jagd ist tückisch, weil sie uns auf einen Pfad führt, der uns oft weiter von uns selbst entfernt. Inmitten der modernen Lebensführung erscheint Eudaimonia, das antike Konzept des »guten Lebens«, als radikale Alternative – eine Rückbesinnung auf Werte, die in einer Zeit des Überflusses und der Oberflächlichkeit verlorengegangen sind. Eudaimonia fordert nicht weniger als eine Revolution unseres Denkens, eine Neubewertung dessen, was wir als erfülltes Leben betrachten.

Die globale, kapitalistische Welt hat das Glück zu einer Währung gemacht, erkauft durch Leistung, Konsum und soziale Anerkennung. Glück ist praktisch überall: in den strahlenden Gesichtern der Werbung, in den Selfies auf Instagram, in den Versprechungen von Life-Coaches und Wellness-Gurus. Doch dieses Glück ist ein Trugbild. Es ist oberflächlich, flüchtig und unzuverlässig. Es hängt von äußeren Umständen ab, die wir oft nicht kontrollieren können – von Karrieren, Beziehungen, Besitz oder Anerkennung. In der Psychologie wird dies als »hedonistische Adaption«³ beschrieben: Sobald wir ein Ziel erreicht haben, verschiebt sich die Messlatte, und das ersehnte Glück entgleitet uns wieder.⁴ Glück, so wie wir es heute verstehen, ist ein reines Produkt des Kapitalismus, eine Ware, die uns verkauft wird, um uns in einem endlosen Kreislauf von Begehren und Enttäuschung gefangen zu halten.⁵

Doch genau hier unterläuft der modernen Gesellschaft ein fundamentaler Fehler: Glück ist bei Weitem nicht dasselbe wie Sinn. Während Glück oft momentaner Natur ist, eine Emotion, die von äußeren Faktoren beeinflusst wird, geht Sinn deutlich tiefer. Sinn entsteht, wenn wir unser Leben als zusammenhängend, bedeutungsvoll und authentisch wahrnehmen. Viktor E. Frankl (der Begründer der Logotherapie) erkannte unter höchstem persönlichem Leiden, dass nicht das Glücklichein das primäre Streben des Menschen ist, sondern das Finden von Sinn, selbst unter den widrigsten Umständen.⁶ Tatsächlich ist Glück angenehm, aber es ist nicht ausreichend. Sinn jedoch kann uns über Herausforderungen und Leiden hinwegtragen, er gibt uns eine Basis, auf der wir unser Leben aufbauen können. Und genau hier kommt Eudaimonia ins Spiel.

Eudaimonia ist weit mehr als Glück. Aristoteles, der philosophische Begründer dieses Konzepts, sah Eudaimonia nicht als einen Zustand, sondern als einen Prozess.⁷ Es geht um das Streben nach Exzellenz,⁸ nach einem Leben, das im Einklang mit unseren höchsten Werten und unserer wahrgenommenen inneren Bestimmung steht.⁹ Eudaimonia ist das Ergebnis von Tugend, Vernunft und persönlicher Weiterentwicklung. Es bedeutet, ein Leben zu führen, das nicht nur uns selbst dient, sondern auch einen transsozialen Beitrag leistet. Diese vorläufige Definition steht in scharfem Kontrast zu den egozentrischen Glücksversprechen der modernen Welt. Während Glück grundsätzlich konsumierbar ist, erfordert Eudaimonia Anstrengung, Reflexion und ein weitreichendes Engagement für das, was individuell wie kollektiv wirklich zählt.

Unsere Zeit ist geprägt von Orientierungslosigkeit, einer »existenziellen Leere«, wie sie bereits der Soziologe Zygmunt Bauman in seiner Beschreibung der »flüchtigen Moderne« analysiert hat.¹⁰ Wir haben uns von den großen Erzählungen der Vergangenheit – Religion, Tradition, ideologische Systeme – ab-

gewandt und stehen nun vor der Aufgabe, selbst einen Sinn für unser Leben zu finden. Doch das ist schwerer, als es scheint. Ohne ein klares Ziel, ohne eine tiefe Verankerung in Werten und Beziehungen treiben viele Menschen wie Boote ohne Kompass auf einem Meer aus Unsicherheiten. Die Rückkehr zum antiken Ideal der Eudaimonia bietet einen Anker; es ist ein zutiefst modernes Konzept. Sie erinnert uns daran, dass der Sinn unseres Lebens nicht in äußeren Errungenschaften liegt, sondern in der Kultivierung unserer inneren Welt – in Tugend, Weisheit und dem Streben nach einem höheren Ziel.

Die Renaissance antiker Ideale ist keine Nostalgie, sondern eine Notwendigkeit in einer Zeit, die sich selbst verloren hat. Die Philosophie der Antike bietet uns eine Tiefenschicht des Denkens, die weit über die Oberflächlichkeit moderner Selbsthilferatgeber hinausgeht. Sie fordert uns heraus, unser Leben als ein Kunstwerk zu betrachten, das wir aktiv gestalten müssen. Eudaimonia ist kein Geschenk, sie ist auch nichts, was man einfach im Laden um die Ecke oder online bestellen kann – Eudaimonia ist das Ergebnis eines Lebens, das in allen Aspekten bewusst geführt wird. Dabei geht es nicht um Perfektion, sondern um Authentizität – um ein Leben, das mit unseren wahren Überzeugungen und Bedürfnissen übereinstimmt.

Ein Leben voller innerem Sinn, Integrität und multipler Verbindung – das ist der Kern von Eudaimonia. Es ist eine radikale Abkehr von den dominierenden Narrativen unserer Zeit, die uns weismachen wollen, dass Glück durch Besitz, Status oder Erfolg erreichbar sei. Die Rückkehr zu Eudaimonia bedeutet, diese Illusionen zu durchbrechen. Das antike Konzept fordert zunächst, uns den existenziellen Fragen zu stellen: Was gibt meinem Leben Bedeutung? Wie kann ich mit anderen und mit der Welt in Einklang leben? Welche Verantwortung trage ich über mein eigenes Wohl hinaus?

In einer Zeit der tiefgreifenden globalen Krisen erscheint Eu-

daimonia nicht nur als philosophische Idee, sondern als mögliche Rettung. Sie bietet Raum für eine neue, individuelle Vision, die uns mit etwas Größerem verbindet: der universellen Verantwortung, nicht nur für unsere innere Welt, sondern für unseren Einfluss auf das Außen. In der Klimakrise zeigt sich, wie sehr das westliche Verlangen nach »immer mehr« Ressourcen, Wachstum, Konsum die Erde an den Rand des Kollapses geführt hat. Eudaimonia hingegen lehrt uns, mit weniger mehr zu sein: bewusster, nachhaltiger, in Einklang mit ökonomischen und ökologischen Grundprinzipien. Ein sinnvolles Leben ist eines, das nicht auf Kosten anderer oder zukünftiger Generationen geführt wird – und dies ist auch ein gutes Leben.¹¹

Auch die soziale Ungleichheit, die weltweit immer extremer wird, ist ein Symptom einer Gesellschaft, die sich auf Wettbewerb und Eigeninteresse konzentriert anstatt auf übergeordnete Prinzipien wie Solidarität und Kooperation. Ein Leben im Geist der Eudaimonia erinnert uns daran, dass unser persönliches Wohl untrennbar mit dem Wohl der Gemeinschaft verbunden ist. Aristoteles sah den Menschen als *zoon politikon* – ein Wesen, das nur in der Gemeinschaft seine vollständige Erfüllung findet.¹²

Wahre Erfüllung entsteht nicht durch das isolierte Streben nach Glück, sondern durch sinnvolle Beziehungen, durch Geben und Teilen, durch die Förderung des Gemeinwohls. Und schließlich die psychische Erschöpfung, die in Burn-outs, Depressionen und einer Epidemie der Sinnlosigkeit ihren Ausdruck findet: Sie ist das Ergebnis eines Lebens, das sich nach äußeren Maßstäben richtet statt nach inneren Werten. Die moderne Arbeitswelt belohnt Effizienz und Produktivität, ignoriert jedoch oft den tiefen menschlichen Wunsch nach Bedeutung. Eudaimonia bietet hier einen Gegenentwurf, indem es die Selbstentfaltung in den Mittelpunkt stellt – nicht im Sinne von Egoismus, sondern als Prozess der Tugendbildung und der inneren Reifung. Es geht darum,

das Leben nicht als bloße Abfolge von To-do-Listen zu betrachten, sondern als ein Kunstwerk, das wir mit Bedacht gestalten.

Ein Leben, das von Eudaimonia geprägt ist, verlangt radikale Ehrlichkeit uns selbst gegenüber. Es fordert, dass wir uns von der Angst lösen, nicht genug zu sein, und stattdessen den Mut entwickeln, so zu leben, wie es wirklich mit unseren Überzeugungen übereinstimmt. Diese Ehrlichkeit mag unbequem sein – sie zwingt uns, unsere Prioritäten zu überdenken, Gewohnheiten zu ändern, vielleicht sogar Beziehungen und berufliche Wege zu hinterfragen. Doch sie führt zu einer Authentizität, die uns langfristig stärkt und erfüllt.

Mehr zu sein, statt mehr zu haben – dieser Perspektivwechsel ist im kapitalistischen Konsumismus revolutionär.¹³ Er stellt die Werte unserer konsumorientierten Gesellschaft in Frage und eröffnet einen Weg zu einem Leben, das mehr von Tiefe geprägt ist. Es ist eine Rückkehr zur Essenz des Menschseins; eine Einladung, sich mit der Welt und den Mitmenschen auf einer Ebene zu verbinden, die jenseits des Materiellen liegt.

Eudaimonia erinnert uns daran, dass wir nicht nur Konsumenten sind, sondern zuallererst Schöpfer unserer eigenen Leben. Sie lädt uns ein, uns selbst zu fragen: Was möchte ich hinterlassen? Was zählt für mich wirklich? Und was bedeutet es, ein gutes Leben zu führen – nicht nur für mich, auch für andere? Vielleicht liegt genau hier die Antwort auf die wichtigsten Fragen unserer Zeit. Ein Leben voller Sinn, Integrität und Verbindung könnte nicht nur unser individuelles Dasein transformieren, sondern auch die Welt, in der wir leben.

Eine erste Annäherung an das Konzept der Eudaimonia

Die philosophische Idee der Eudaimonia entspringt einer Reflexion über das Wesen und die Bestimmung menschlichen Lebens und findet ihre erste systematische Ausarbeitung in der Ethik der antiken griechischen Philosophie. Zentral hierbei ist die grundlegende Konzeption eines erfüllten Lebens, das weit über die rein hedonistische Vorstellung eines temporären Glücksempfindens hinausreicht und stattdessen die Selbstverwirklichung des Menschen im Einklang mit seiner spezifischen Natur betont. Eudaimonia bezeichnet in ihrer ursprünglichen philosophischen Bedeutung somit weniger ein subjektives Empfinden von Glück, sondern vielmehr ein objektives Erreichen einer existenziellen Vollkommenheit, die sich aus dem konsequenten Leben gemäß Tugenden ergibt und stets nach moralischer und intellektueller Exzellenz strebt.¹ Aristoteles spannt dabei den Ermessensraum des Konzepts der Eudaimonia wie folgt auf:

Denn das dem Menschen eigentümliche Werk ist Tätigkeit der Seele gemäß der Vernunft oder nicht ohne Vernunft; [...] das Werk des Menschen aber nennen wir ein Leben gemäß der Vernunft, und das Werk eines tüchtigen Mannes ist, dies wohl und trefflich zu tun, wobei jedes Werk gut verrichtet wird, wenn es gemäß der ihm eigentümlichen Tugend geschieht. Wenn dies aber so ist, dann ist das dem Menschen eigentümliche Gute Tätigkeit der Seele gemäß der Tugend, und wenn es mehrere Tugenden gibt, gemäß der besten und vollkommensten unter ihnen, und dies während eines ganzen Lebens.²

Im Gegensatz zu modernen, utilitaristischen Auffassungen, die Glück vornehmlich mit der Maximierung von Lust und der Mi-

nimierung von Schmerz identifizieren, positioniert die antike Philosophie Eudaimonia als ein grundsätzlich teleologisches Konzept. Dieses beinhaltet, dass das menschliche Leben ein inhärentes Ziel besitzt, das in der Realisierung und Perfektionierung seiner spezifischen Fähigkeiten und Tugenden liegt. Eine wesentliche Voraussetzung für die Erreichung von Eudaimonia ist dabei eine reflektierte Lebensführung, die nicht von äußeren Bedingungen allein abhängt, sondern vielmehr aus einer intrinsischen Motivation hervorgeht, durch welche der Mensch beständig an seiner moralischen und kognitiven Entwicklung arbeitet.³

Dabei darf Eudaimonia nicht als statisches Produkt oder abschließbarer Zustand missverstanden werden. Vielmehr handelt es sich um einen Prozess kontinuierlicher ethischer und intellektueller Anstrengung, deren Zielsetzung eine umfassende Entfaltung menschlicher Potenziale ist. Die Tugenden, welche als zentrale Bestandteile dieser Entwicklung gelten, umfassen unter anderem Weisheit (*phronesis*), Gerechtigkeit (*dikaiosyne*), Mut (*andreia*) und Besonnenheit (*sophrosyne*). Sie dienen als Kompass eines tugendhaften Lebens, das sich durch ein bewusstes und aktives Streben nach persönlicher und gemeinschaftlicher Exzellenz auszeichnet.⁴

Von fundamentaler Bedeutung ist zudem die Einbettung des eudaimonistischen Ideals in eine soziale und politische Dimension menschlichen Daseins. Der Mensch wird hierbei nicht als isoliertes Individuum verstanden, sondern als soziales Wesen. Diese Perspektive verdeutlicht, dass Eudaimonia zugleich ein individuelles und kollektives Streben bedeutet und ethische Perfektionierung erst durch die Teilhabe am gemeinschaftlichen Leben sowie durch Verantwortung gegenüber der Gemeinschaft vollständig realisiert werden kann.⁵ Die Verwirklichung von Eudaimonia ist somit untrennbar verbunden mit der Erkenntnis, dass wahres Glück im philosophischen Sinne nur durch die Ent-

faltung einer sittlich und intellektuell reifen Persönlichkeit erlangt wird, welche in ständiger Wechselwirkung mit ihrer sozialen und kulturellen Umwelt steht. In dieser komplexen Verwobenheit von Individuum und Gesellschaft, Selbstreflexion und gemeinschaftlichem Engagement zeigt sich die Aktualität der antiken Vorstellung von Eudaimonia als Maßstab einer philosophischen Anthropologie und Ethik.

So muss man festhalten, dass Eudaimonia als philosophisches Konzept der Antike keineswegs allein ein emotionales oder materiell geprägtes Glück, sondern vielmehr den Prozess und das Resultat einer vollendeten menschlichen Existenz umfasst, die sich durch Verantwortung, Reflexion und Streben nach Tugendhaftigkeit definiert. Dieses Verständnis von Eudaimonia kann somit als Korrektiv moderner Glücksdiskurse dienen, indem es die Oberflächlichkeit eines rein konsumistischen oder hedonistischen Verständnisses überwindet und eine tiefere, sinnorientierte Auseinandersetzung mit dem menschlichen Sein fordert.⁶

Diese Ideen der antiken Philosophie wurden in der Aufklärung umfassend aufgegriffen, neu kontextualisiert und tiefgreifend verändert, insbesondere in Bezug auf die ethische Fundierung des menschlichen Handelns und die moralische Selbstbestimmung. Dabei erfolgte eine signifikante Verschiebung von der ursprünglich aristotelischen Perspektive der Eudaimonia, verstanden als aktives und tugendhaftes Streben nach persönlicher Vervollkommenung und Erfüllung, hin zu einem rationalen Universalismus, der ethische Prinzipien unabhängig von individuellen Glücksvorstellungen verankert. Das Ideal der moralischen Tugend, ursprünglich auf persönliche Exzellenz und Vollkommenheit bezogen, erfährt hierdurch eine fundamentale Transformation, in der die allgemeine und formale Natur moralischer Pflichten in den Vordergrund tritt.⁷

Im Zentrum dieser philosophischen Neuorientierung steht insbesondere das Konzept einer universalistischen, formalen Ethik, die nicht länger allein in individuell erstrebenswerten Tugenden gründet, sondern im Vermögen des Menschen, sich selbst moralische Prinzipien zu geben, die allgemeine Gültigkeit beanspruchen können. Diese Umgestaltung der ethischen Grundstruktur manifestiert sich paradigmatisch in dem Konzept des kategorischen Imperativs, das moralisches Handeln nicht anhand der Erfüllung subjektiver Glückserwartungen, sondern anhand objektiver Prinzipien definiert. Dies geschieht ausdrücklich durch den Anspruch, dass jede individuelle Handlungsmaxime zugleich universalisiert werden könnte, ohne dass logische oder ethische Widersprüche entstehen. Diese Position wird exemplarisch formuliert: »Handle nur nach derjenigen Maxime, durch die du zugleich wollen kannst, dass sie ein allgemeines Gesetz werde.«⁸

Das Glück, bei Aristoteles noch zentrales Ziel und Kriterium gelingenden Handelns, tritt bei diesem Ansatz in den Hintergrund. Nicht die Konsequenzen der eigenen Handlungen für die persönliche Glückseligkeit bestimmen die moralische Qualität, sondern die innere Verpflichtung, sich an allgemeingültige ethische Gesetze zu halten. Moralität wird damit unabhängig von kontingenten Bedingungen eines individuellen Lebensentwurfs definiert und von egoistischer Instrumentalisierung befreit.⁹

Infolgedessen kann das Streben nach persönlichem Wohlbe finden – im aristotelischen Sinne noch integraler Bestandteil eines gelungenen und tugendhaften Lebens – von nun an nicht länger als Legitimationsgrundlage moralischen Handelns gelten. Vielmehr entsteht ein Gegensatz zwischen moralischer Pflicht und persönlicher Glückseligkeit, bei dem das moralisch richtige Handeln unbedingt Vorrang erhält. Das Streben nach Glück wird aus dieser Perspektive zu einem potenziell problematischen Faktor, da es die universale Gültigkeit moralischer Gesetze in

Frage stellen könnte. Die Ethik gewinnt somit einen Charakter, bei dem nicht die Folgen des Handelns, sondern die Absicht und das moralische Prinzip, das ihr zugrunde liegt, maßgeblich sind.¹⁰

Damit vollzieht sich gegenüber der antiken Vorstellung von Eudaimonia, die ein Leben gemäß der menschlichen Natur vorsah, ein radikaler Bruch, der zugleich auch einen Wandel im Verständnis von Autonomie und Freiheit mit sich bringt. Autonomie wird nun als Fähigkeit zur Selbstgesetzgebung, zur freien Unterwerfung unter selbstgewählte, aber universalisierbare moralische Prinzipien verstanden. Die menschliche Vernunft tritt nicht nur als Wegweiser zu einem glücklichen Leben auf, sondern vielmehr als eine autonome Instanz, deren höchste Verwirklichung darin besteht, ein moralisch integriertes Leben zu führen, selbst wenn es nicht zu persönlichem Glück führt. Dieses Verständnis von Freiheit und Vernunft als Quelle moralischer Normen repräsentiert eine tiefgreifende philosophische Umgestaltung der klassischen eudaimonistischen Konzeption.¹¹

Gleichwohl bleibt diese Neuinterpretation des guten Lebens nicht ohne ihre philosophischen Herausforderungen. Denn wenn das Streben nach Glück von der Moralität getrennt und als potenziell konfliktträchtig angesehen wird, eröffnet sich eine Kluft zwischen moralischer Verpflichtung und persönlicher Lebensgestaltung. Daraus folgt die Notwendigkeit, das Verhältnis von Tugend, Glück und moralischer Pflicht neu zu überdenken, um zu klären, inwiefern eine rein pflichtenethische Position die komplexe Lebensrealität tatsächlich angemessen erfassen kann.¹²

Die philosophische Neudeutung in der Aufklärung stellt daher eine grundlegende Verschiebung dar, die Eudaimonia nicht als Ziel, sondern lediglich als Begleiterscheinung eines moralisch guten Lebens anerkennt. Diese Transformation wirft grundlegende Fragen nach dem Wesen der Moralität, der Autonomie

und dem Verhältnis von individueller Selbstverwirklichung und universeller ethischer Verpflichtung auf, deren Beantwortung auch für heutige moralphilosophische Debatten von großer Bedeutung bleibt.

Eine andere bedeutende Transformation vollzog sich durch die radikale Infragestellung moralischer Normen, wie sie Friedrich Nietzsche vornahm. Nietzsche stellt dem aristotelischen Ideal eines tugendhaften Lebens, das noch stark durch gesellschaftliche Normen und eine moralisch objektivierte Vernunft geprägt war, seine Konzeption des »Übermenschen« entgegen – eines Individuums, dessen Existenz sich durch Selbstüberwindung und schöpferische Autonomie definiert. Nietzsche verwarf dabei bewusst jegliche universelle Normativität der Moral und propagierte stattdessen eine Form von radikal subjektiver Wertsetzung, in welcher der Mensch aufgefordert wird, »der Schöpfer neuer Werte zu sein«¹³. Damit wird Eudaimonia bei Nietzsche als permanente, aktive Aneignung des Lebens gesehen, als Ausdruck einer radikalen Autonomie, die sich gegen Fremdbestimmung und moralische Dogmen auflehnt.¹⁴

Im 20. Jahrhundert setzten humanistische Strömungen diesen Gedanken konsequent fort, indem sie den Menschen als eigenständigen Gestalter seines Lebens in den Mittelpunkt rückten, dabei jedoch den Fokus stärker auf Authentizität und individuelle Verantwortung legten. Hannah Arendt argumentierte, dass wahre Erfüllung des menschlichen Lebens erst möglich wird, wenn der Mensch Verantwortung für sein Handeln übernimmt und sich aktiv in die Welt einbringt, statt passiv zu konsumieren oder in gesellschaftlichen Konventionen gefangen zu sein. Sie beschreibt diese existenzielle Freiheit wie folgt: »*Handeln bedeutet, einen Anfang machen, etwas Neues beginnen, Initiative ergreifen und das Unerwartete wagen.*«¹⁵ Dies zeigt, dass Arendt das Prinzip der Eudaimonia nicht mehr auf das traditionelle Streben nach Tugend reduziert, sondern als Akt der Selbst-

bestimmung und Partizipation begreift, der die individuelle Identität in Beziehung zur Gemeinschaft und zur Welt konstruiert.

Auch Albert Camus führt diese Debatte weiter und vertieft sie noch einmal existenzialistisch. Er betont, dass angesichts der Absurdität des menschlichen Lebens das Individuum aufgefordert ist, aktiv und kreativ mit dieser absurden Bedingung seiner Existenz umzugehen. Im *Mythos des Sisyphos* beschreibt er dies folgendermaßen: »Der Kampf gegen Gipfel vermag ein Menschenherz auszufüllen. Wir müssen uns Sisyphos als einen glücklichen Menschen vorstellen.«¹⁶ Damit verlagert Camus das Konzept der Eudaimonia weg von äußeren Kriterien moralischer Exzellenz hin zu einer inneren, existenziellen Haltung, in der die kreative und trotzige Annahme der Absurdität des Lebens zugleich zur Quelle tief empfundener Sinnhaftigkeit wird. Das Streben nach Eudaimonia wird bei Camus zu einer existenziellen Haltung, welche die Absurdität des Daseins annimmt, sie bewusst durchlebt und kreativ gestaltet – eine Haltung, die Glück nicht als Ergebnis, sondern als bewussten Akt des Widerstands und der Selbstbehauptung gegenüber den Abgründen der Existenz begreift.¹⁷

In der modernen Gesellschaft, in der Menschen zunehmend von einer hedonistischen und konsumorientierten Kultur geprägt sind, gewinnt Eudaimonia heute erneut eine brennende Aktualität, indem sie zur kritischen Reflexion über den kapitalistisch verengten Glücksbegriffs auffordert. Während zeitgenössische Glückskonzepte oft von einer ökonomisch dominierten Logik geprägt sind, erinnert das ursprüngliche Ideal der Eudaimonia an eine tiefere Ebene menschlicher Existenz – an ein Leben, das bewusst, verantwortungsvoll und in tiefer Verbindung zur Gemeinschaft und Welt gelebt wird.¹⁸

Dieses Verständnis verweist zuallererst auf eine radikale Dimension: Wenn Eudaimonia das Ziel menschlicher Existenz ist,

dann verlangt sie, dass wir gesellschaftliche Strukturen hinterfragen, die uns in oberflächlichen, materiellen Glücksvorstellungen gefangen halten. Das führt unmittelbar zu einer ethisch-politischen Kritik des kapitalistischen Systems, das Individuen fortlaufend dazu drängt, Glück durch Konsum und Wettbewerb zu suchen, statt sie dazu zu befähigen, ein authentisch sinnhaftes Leben zu führen, das über individuelle Interessen hinaus Verantwortung für die Gemeinschaft und die ökologische Nachhaltigkeit einschließt.¹⁹

Eudaimonia war von Anfang an ein wandelbares philosophisches Konzept, das kontinuierlich an gesellschaftliche Bedingungen angepasst wurde, dabei jedoch stets ein kritisches Korrektiv zum bloßen Streben nach persönlichem Glück bot. Heute eröffnet das Konzept von Eudaimonia – trotz oder gerade wegen seiner Komplexität und Radikalität – eine holistische Dimension ethischer und existenzieller Orientierung, die uns auffordert, unser Leben aktiv, reflektiert und authentisch zu gestalten und unser Dasein in einer zunehmend komplexen, globalisierten und entfremdeten Welt sinnvoll zu verorten.