

.....
SZENE-KOCH

Fabian Zbinden
im Interview

Seite 28

.....
FROSTIG

Auf den Spuren
des Eisweins

Seite 38



Gutes Gelingen!

Schweinchen, Münze, Hufeisen: Was Glücksbringer bringen. Und was es sonst noch braucht, um glücklich zu sein

Seite 18

Als Kaminfegerin ist
Susanne Rutz für viele
Menschen ein
Glückssymbol.

Kaminfeger

War der Kamin verstopft, konnten die Menschen früher nicht mehr kochen und es war auch kalt im Haus. Zudem führte der abgelagerte Glanzruss (das Pech) zu Kaminbränden, die die teilweise ganze Dörfer niederbrannten. Die Kaminfeger(innen) befreiten die Kamine vom Pech, sorgten damit für mehr Sicherheit und brachten so das Glück ins Haus. Eine(n) Kaminfeger(in) zu berühren soll auch heute noch Glück bringen. Aber bitte vorher um Erlaubnis fragen.



Schwein gehabt!

Anhänger mit einer goldenen 13, Hufeisen, Schutzengel oder ein vierblättriges Kleeblatt – sie alle sollen Gutes bewirken. Warum aber braucht der Mensch Glücksbringer? Und was ist Glück überhaupt?

TEXT SUSANNE STETTLER



Sigmar Willi (56), Dozent an der Ostschweizer Fachhochschule.

Ohne seinen Bergkristall geht Adolf Ogi (78) nirgends hin. Der alt Bundesrat trägt seinen Glücksbringer immer im Hosensack. Man weiss ja nie, wann man ihn braucht. «Ein Kristall verleiht seinem Besitzer besondere Kraft. Sie müssen jedoch daran glauben. Er macht auch demütig, weil er uns daran erinnert, wie klein wir sind in der unendlich grossen Geschichte dieses Planeten», sagte er vor ein paar Jahren in der Coopzeitung.

Tatsächlich ist der Stein mächtig, mächtiger sogar als der Zorn des mächtigen chinesischen Präsidenten. Das zeigt sich 1999 während des Staatsbesuches von Jiang Zemin (heute 94). Dieser ist bereits durch die Proteste von Menschenrechtsorganisationen verstimmt, endgültig schäumt er jedoch, als er am Galadiner an den falschen Platz geführt wird. Zemin will schon aufstehen und gehen, als ihn Ogi in den Stuhl zurückdrückt, seinen Bergkristall hervorfischt

FOTOS HEINER H. SCHMITT, SHUTTERSTOCK, ZVG



Vierblättriges Kleeblatt

Weil Klee normalerweise drei Blätter hat, ist es ein Glücksfall, ein vierblättriges Kleeblatt zu finden. Die Kelten sahen in ihm ein Schutzzeichen – als Symbol für die vier Elemente und die vier Himmelsrichtungen. Für die Christen stehen die vier Blätter für das Kreuz Christi oder die vier Evangelien. Zudem soll Eva ein vierblättriges Kleeblatt aus dem Paradies mitgenommen haben, das sie an die Pracht des Garten Edens erinnern sollte.

Schwein

Wer früher ein Schwein besass, war reich und konnte sich deshalb glücklich schätzen. Mit der Sau vermehrte sich auch der Reichtum. Zudem lieferten die Tiere Nahrung. Im Mittelalter erhielt der Verlierer eines Turniers zum Trost ein Säuli – und hatte damit doch noch Schwein gehabt.



und sagt: «Ich entschuldige mich für die Probleme wegen des Sitzplatzes – aber nicht für den Rest. Lächeln Sie weiter und schauen Sie sich meinen Kristall an. Er ist mein Geschenk an Sie, er bringt Glück, Wohlwollen und alles, was Sie in China benötigen.» Daraufhin beruhigt sich Jiang Zemin und bleibt.

«Dieser kleine Bergkristall hat den Staatsbesuch gerettet», erzählte Ogi Jahre später in einem Interview. Sein Glücksbringer hatte also tatsächlich

Glück gebracht. Der Berner Oberländer beschenkte auch Ex-UNO-Generalsekretär Kofi Annan (1938–2018) mit einem Bergkristall. «Kofi hatte seinen Kristall immer bei sich. Er bedeutete ihm viel, das sagte er mir immer wieder. Er gab ihm Kraft», so Ogi nach Annans Tod.

Glücksbringer können also den Unterschied machen. Für ihre Besitzer jedenfalls verfügen sie über magische Kräfte. Dabei ist unerheblich, ob es sich um einen Bergkristall, ein Amulett,

eine Hasenpfote oder eine Glücksmünze handelt.

Was ist Glück?

Ebenso wie seinen Glücksbringer definiert jeder Mensch selbst, was für ihn Glück ist. Es gibt aber ein paar allgemein gültige Faktoren. Im «World Happiness Report 2020» (etwa: «Welt-Glücksbericht 2020») der UNO waren die Schweizerinnen und Schweizer nach den Bewohnerinnen

→ Seite 20



Marienkäfer

Es heisst, er sei der Himmelbote der Mutter Gottes, der Kinder beschützt und Kranke heilt, wenn er ihnen zufliegt. Ein Marienkäfer mit sieben Punkten ist ein ganzbesonderer Glücksbote, denn er kann Hexen und Unglück bannen. Wer ihn jedoch abschüttelt oder ihn gar tötet, dem bringt er Unglück.

FOTOS: SHUTTERSTOCK, HEINER H. SCHMITT

Glücksmünze

Glücksgeld ist laut einem alten Brauch die erste Münze, die ein Baby von Gotte oder Göttli geschenkt bekommt und sorgfältig aufgehoben wird. Aber nur, wenn die Münze blitzblank poliert wird, zieht sie auch weiteres Geld an.



Hufeisen

Ein Pferd symbolisiert Reichtum. Das Hufeisen schützt das wertvolle Tier vor Verletzung und ist in diesem Sinne ein Glücksbringer. Als spezieller Glücksfall gilt das Finden eines Hufeisens. Über der Tür aufgehängt soll es Glück bringen – aber nur wenn man es mit der Öffnung nach oben platziert, damit das Glück nicht «auslaufen» kann.

→ und Bewohnern von Finnland und Dänemark die glücklichsten Menschen der Welt. Doch wie wird das ermittelt? «Einerseits über harte Faktoren wie Volkseinkommen pro Kopf, internationale Kaufkraft, persönliches Einkommen, Arbeitslosenrate, Zugang zu Bildungs- und Gesundheitseinrichtungen, Meinungsfreiheit und soziale Absicherung», erklärt Professor Sigmar Willi (56), Glücksexperte und Dozent für Persönlichkeitsbildung an der Ostschweizer Fachhochschule in St. Gallen. «Eher weiche Faktoren, die mittels individueller Befragung erhoben werden, sind Gesundheit, Freiheit, Arbeitsbedingungen oder eine gute Regierungsarbeit.»

Glück ist demnach mehr als einfach die Abwesenheit von Unglück. Der Glücksforscher: «Glück ist, möglichst viele positive Emotionen zu erleben. Dabei ist die Stärke des guten Gefühls nicht so wichtig wie dessen Häufigkeit.» Einfache Beispiele sind ein gutes Essen, ein gutes Glas Wein, ein entspannendes Bad oder eine Massage. Als speziell beglückend erweisen sich Tätigkeiten, bei denen man die Zeit vergisst. Das gute Gefühl stellt sich dabei erst nach Abschluss der Handlung ein. «Besonders bedeutend ist auch, wie ich über die Vergangenheit und die Zukunft denke», so der Experte. «Stolz, Dankbarkeit und Vergebungsbereitschaft helfen, die Vergangenheit als Kraft in sich zu tragen.»

Dank Vertrauen, Optimismus, Hoffnung und Glaube blicken wir gelassen in die Zukunft. Der wichtigste Punkt für das Wohlbefinden liegt jedoch in der Qualität der sozialen Kontakte. «Menschen sind Herdentiere. Die allermeisten verkümmern ohne tragende Beziehungen zu anderen», sagt Willi. «Die Fähigkeit, positive Beziehungen aufzubauen und zu pflegen, war und ist absolut zentral für ein gutes Leben.» Wer allerdings durch Krankheit stark beeinträchtigt ist oder ständig mit Geldsorgen kämpft, für den ist es deutlich schwieriger, glücklich zu sein.

Auch und gerade diesen Menschen kann ein Glücksbringer Kraft spenden und ihnen helfen, die Hoffnung nicht

aufzugeben. «Wir Menschen brauchen ein gewisses Mass an Sicherheit und Routine, um uns wohlfühlen», erklärt Sigmar Willi. «Man kann sich gegen vieles absichern. Das Leben aber wird jedem von uns aufzeigen, dass gegen Schicksalsschläge, Naturgewalten, ökonomische Krisen oder Seuchen kein Kraut gewachsen ist.» Und da kommen die Glücksbringer ins Spiel. «Um sich nicht völlig ausgeliefert zu fühlen, suchen sich viele Menschen einen Talisman, der in ihnen die Hoffnung stärkt, verschont zu bleiben oder dass alles wieder gut kommt.»

Der Sinn der Sache

Egal ob Schutzengel, Stein oder Bergkristall – der Einsatz von → Seite 22



Susanne Rutz (28) liebt ihren Beruf von ganzem Herzen. Bis jetzt hat er ihr Glück gebracht.

«Ich verteile das Glück gerne»

Susanne Rutz aus Ebnat-Kappel SG ist seit 13 Jahren Kaminfegerin und seit 2019 auch Kaminfegermeisterin.

Wie sind Sie auf die Idee gekommen, diesen Beruf zu ergreifen?

Durch meine Cousine. Ich dachte mir, wenn sie das kann, dann kann ich das bestimmt auch – und suchte mir eine Lehrstelle.

Und wie fühlen Sie sich so als Glücksbringerin?

Im Alltag vergesse ich manchmal, dass diese alte Tradition besagt, dass wir Glück bringen. Für mich ist dieser Beruf eine Leidenschaft. Ich bin sehr stolz, wenn es mir immer wieder gelingt, meiner treuen Kundschaft neben meiner eigentlichen Arbeit eine Freude zu bereiten oder ihr einfach Glück zu bringen.

Es heisst, es bringe Glück, einen Kaminfeger anzufassen. Geschieht das oft?

Hin und wieder schon. Mehrheitlich jedoch bei abergläubischen Menschen oder einfach als kleiner Seitenhieb unter Freunden.

Nervt Sie das manchmal?

Kommt ganz auf die Art und Weise an. Geschieht es mit dem

nötigen Respekt, ist es völlig in Ordnung, denn ich verteile das Glück natürlich nur zu gerne, wenn es benötigt wird.

Haben Sie diesbezüglich schon etwas Lustiges erlebt?

Meine damalige Lehrtochter und ich verbrachten an einem gewöhnlichen Arbeitstag die Mittagspause im Freien. Das Wetter war traumhaft und die Stimmung ebenso. Plötzlich hörten wir Autoreifen quietschen und eine Frau raste mit ihrem Fahrzeug auf uns zu, riss ihre Autotür auf, stapfte auf uns zu, nahm uns beide in den Arm und drückte ganz fest zu. Dann sprach sie in einer uns unbekanntem Sprache ein Gebet. Sie bedankte sich immer wieder und schien den Tränen nahe zu sein. Im selben Tempo, wie sie gekommen war, verschwand sie dann auch wieder, und wir hatten nicht einmal die Gelegenheit, ein paar Worte mit ihr zu wechseln. Wir waren im ersten Moment schon ein wenig verdutzt, schmunzeln aber bis heute darüber. ●

Mistel

Sie schützen dem Volksglauben zufolge vor Hexen, weshalb die Zweige in Häusern und Ställen aufgehängt wurden. Küssen sich Paare unter einem Mistelzweig, gilt das als Zeichen für eine bevorstehende Hochzeit.

Scherben

Wird etwas mit viel Lärm zerschlagen, vertreibt dies böse Geister. Zerbricht aber ein Spiegel, so drohen sieben Jahre Unglück. Das Spiegelbild steht für die Seele des Menschen – und die benötigt sieben Jahre, um zu heilen.



Sternschnuppe

Lange wurden Sterne als göttliche Lichtfunken angesehen. Und Sternschnuppen erklärte man sich als Dochte, die Engel beim Putzen der Himmelskerzen fallen liessen. Wer eine Sternschnuppe sieht, erhofft sich daher göttlichen Beistand. Wichtig ist aber, dass man sich während des Falls einer Sternschnuppe etwas wünscht. Ist sie erloschen, dann ist es zu spät.

Fliegenpilz

Die Herkunft seiner Glücksbedeutung ist unbekannt. Wegen seiner psychoaktiven Wirkung wird der Fliegenpilz allerdings schon lange mit Zauberei in Verbindung gebracht – obwohl er auch Unglück bringen kann.



→ Glücksbringern hat verschiedene Gründe. Sie sollen ihre Besitzer vor Bedrohungen wie Katastrophen, Krankheiten oder Überfällen bewahren. Typisch hierfür sind etwa Amulette, Anhänger mit Kreuzen oder Schutzheiligen oder ein spezieller Ring, den man von jemandem geschenkt bekommen hat. Eine Muschel vom Lieblingsstrand, ein Stein aus den Bergen oder die Uhr des verstorbenen Grossvaters erinnern an glückliche Stunden und sollen deshalb Kraft geben. Oder man gewöhnt sich vor herausfordernden Situationen ein Glück-bring-Ritual an.

Glücksbringer gibt es in allen Kulturen, doch nicht überall sind sie gleich populär. Willi: «Je mehr Sicherheit in einer Gesellschaft herrscht, desto

weniger Bedeutung kommt den Glücksbringern zu.» Laut der Glücksforscherin und Psychologin Sonja Lyubomirsky (54) von der Universität von Kalifornien in Riverside (USA) ist das Glücksempfinden etwa zur Hälfte genetisch bedingt. Weitere zehn Prozent machen Lebensumstände wie Rasse, Herkunft, Bildung, sozialer Status, Wohlstand oder Gesundheit aus. Und die restlichen ungefähr 40 Prozent kann jede Person entscheidend beeinflussen, denn sie bestehen aus Denkmustern, Einstellungen, Wille und Handlungsbereitschaft. «Wenn jemand pessimistische Denkmuster oder Verhaltensweisen hat, ist es zum Beispiel auch mit viel Besitz schwierig, zufrieden zu sein», sagt Willi. «Viele

KURZ UND BÜNDIG

- **Seinen Glücksbringer definiert jeder Mensch selbst.**
- **Glück bedeutet, möglichst viele positive Emotionen zu erleben.**
- **Je sicherer das Umfeld, desto unbedeutender sind Glücksbringer.**
- **Die Schweiz ist die drittglücklichste Nation der Welt.**

Menschen vergleichen sich zudem mit anderen – eine sichere Methode, um unglücklich zu werden.»

Sinnstiftende Tätigkeiten sowie Sport tragen ebenfalls zum Glücklichsein bei. Sigmar Willi: «Wer sich wohlfühlt, ist zufriedener, kreativer, flexibler, grosszügiger, sozial kompetenter, kooperativer, attraktiver für andere und erfolgreicher im Leben unterwegs.» Eine Studie der Harvard Medical University in Boston (USA) mit 70 000 Probanden zeigte zudem, dass Optimisten länger leben, weil ihre Gefässe langsamer verkalken und Entzündungen schneller abklingen. Überdies reagieren sie weniger heftig auf Stress, was Herz und Atmung schont. Pessimisten sterben dreimal häufiger an einem Herzinfarkt.

Für alle Fälle

Das Wort «Glück» stammt vom mittelniederdeutschen «Gelucke» und dem mittelhochdeutschen «Gelücke» ab, was so viel wie «gelingen» bedeutet. Glück hat man also, wenn einem etwas gelingt. Und genau dazu sollen Glücksschwein, Marienkäfer oder Kaminfeger beitragen. «Das Gute an Glücksbringern ist, dass sie fast nicht scheitern können», sagt Sigmar Willi. «Wenn es gut gelaufen ist, hats geholfen. Und wenn es schlecht gelaufen ist, wird man kaum dem Glücksbringer die Schuld daran geben. Getreu dem Sprichwort «Nützts nüt, so schads nüt.» •