

Zur Beziehung von Glück und Nachhaltigkeit

Nachhaltige Entwicklung ist als dringendes Ziel anerkannt, aber nicht selten werden mögliche Einbußen der Lebensqualität befürchtet, vor allem wenn es um suffiziente Lebensstile geht. Auf den ersten Blick passen Glück und Nachhaltigkeit also nur bedingt zusammen, aber auf den zweiten Blick zeigen sich ganz andere Einblicke und mögliche Verbindungen...



Von der Suche nach Glück und der Notwendigkeit von Nachhaltigkeit

Die Frage nach dem Glück und dem guten Leben hat Menschen schon immer beschäftigt, von den Philosophen der Antike bis zur heutigen Glücksforschung. Im Kontext der nachhaltigen Entwicklung führt vor allem die Idee einer Postwachstums-Gesellschaft zu einer erneuten Auseinandersetzung mit der Frage nach dem Glück: Vom Bruttonationalglück in Bhutan über Buen-Vivir in Ecuador bis zu Initiativen der UN und verschiedenen Staaten der EU – weltweit suchen Länder nach neuen Indikatoren das Wohlbefinden jenseits des materiellen Wohlstands zu messen.

Dies ist angesichts der begrenzten Ressourcen des Planeten und mehr noch seiner Biokapazität (Senken) drängend. Die Forschung zeigt, dass es mit einer Initiative für mehr Effizienz allein nicht getan sein wird, vielmehr braucht es eine Debatte um Suffizienz: Was und wie viel brauchen wir zum guten Leben? Damit sind etablierte Gewohnheiten zu hinterfragen und die materialistische, konsumorientierte Lebensweise steht zur Disposition. Letztendlich ist also eine umfassende Auseinandersetzung mit unseren Lebensstilen ist gefragt: „Die Idee, allen Menschen einen Lebensstil zu ermöglichen, der dem heute in Industrieländern entspricht, ist nicht realisierbar. [...] Es gilt einen Lebensstil zu finden, der dem Leitbild einer nachhaltigen Entwicklung entspricht.“¹

Die Forschung zum Thema Suffizienz hat dabei den Aspekt des Wohlbefindens, also die Kombination aus Glück und Zufriedenheit, bereits entdeckt und auf die möglichen Synergien hingewiesen: „Es ist ein glücklicher Umstand, dass die Ergebnisse der Happiness-Forschung die Bedürfnisse der inneren Natur des Menschen mit der äußeren Natur versöhnen.“² Es gilt nun aber, diese Zusammenhänge und Synergien genauer zu bestimmen – in der Theorie wie auch in ihrer konkreten Bedeutung und praktischen Anwendbarkeit.

Die empirische Glücksforschung zeigt, dass subjektives Wohlbefinden nur bedingt mit materiellem Wohlstand zusammenhängt – wenn die Grundbedürfnisse einmal gedeckt sind, macht der nicht-materielle Anteil des Lebensstils das Glück aus: sich freier Zeit zu erfreuen, sich um Freunde, Familie und andere soziale Kontakte kümmern, Muße, Kreativität und Spielfreude ausleben, sich sinnvollen Tätigkeiten (für sich selbst und oft auch für andere) widmen und die Natur zu genießen.

Zur Beziehung von Glück und Nachhaltigkeit

Die Glücksforschung bestätigt zwei grundlegende philosophische Konzepte von Glück und es lohnt sich, diese beiden durch die Brille der Nachhaltigkeit zu betrachten.

1. Hedonismus. Der Genuss, die Freude des Erlebens und des Spürens. Das sinnliche

¹ WBGU (Hrsg.)(2011): Gesellschaftsvertrag für eine große Transformation.: S. 66

² Stengel, Oliver (2011): Suffizienz. Die Konsumgesellschaft in der ökologischen Krise. S. 302-303

Genießen. Hedonismus wird in unserem Alltagsverständnis schnell mit dem Genuss von Dingen, Gegenständen und somit dem Warenkonsum verbunden. Doch grundlegend sind die Sinne durch originäre Eindrücke der Wahrnehmung wie Geräusche, Spüren von Berührung, etc. also etwa in Form von Musik und Bewegung ebenso angeregt oder sogar viel mehr zu entzücken, als durch die verlockend bunte Welt der Konsumprodukte. Die Konsequenz eines materialistischen Lebensstils ist also nicht eindeutig von der Idee des Hedonismus ableitbar.

2. Eudaimonia. Die Glückseligkeit des tugendhaften Lebens ist ein klassische Idee der Philosophie des Glücks. Heute ist sie vor allem verbunden mit dem sinnhaften Tätig sein und der daraus gewonnenen Freude der Anerkennung. Der Sinn oder auch Inhalt des Glücks wird dabei im gesellschaftlichen Raum definiert; er verbindet sich ebenso leicht mit sozialem Engagement und Naturschutz, wie mit produktiver Arbeit in der Industrie. Jedoch hat jede Sinnkonstruktion ihre Grenzen, etwa wenn „Berufsaussteiger“ berichten, dass sie in ihrer Tätigkeit (z.B. Finanzbranche, Marketing, etc.) eben keinen Sinn mehr sehen und ein anderes Leben wählen. Letztendlich ist Sinn also damit verbunden, Gutes für andere Menschen zu tun und somit gewissermaßen Glück zu erzeugen. Somit bietet sich auch hier eine Perspektive die weniger auf den rein materiellen Wohlstand, sondern vielmehr zur Schaffung ökosozialen Werte tendiert und zu einem nachhaltigen Wirtschaften beiträgt.

Bringt Nachhaltigkeit Glück oder Glück Nachhaltigkeit?

Es scheint reizvoll und sinnig, die Nachhaltigkeits- mit der Glücksfrage zu verbinden. Es sind zwei großen Fragen, die eine aktuell drängend, die andere ewig beschäftigend. Sie gehören zusammen, denn Nachhaltigkeit macht für den Menschen vor allem dann Sinn, wenn sie zum guten Leben (im Sinne von Glück bzw. subjektivem Wohlbefinden) beiträgt.



Lange schon ist es ein Plädoyer von Umweltschützern und Wachstumskritikern, dass ein „Immer mehr“ nicht glücklich macht. Gemäß dem bekannten „Weniger ist mehr“ gilt es das materielle Leben zu reduzieren – „gut leben statt viel haben“ heißt es etwa in der Studie *Zukunftsfähiges Deutschland*. Ein nachhaltiger Lebensstil geht nicht zu Lasten der Lebensqualität. Wie wäre es dann aber, die Argumentation entsprechend umzudrehen und zu argumentieren, dass ein glückliches Leben Nachhaltigkeit befördert? Ein solcher Ansatz würde vielen Menschen eine attraktive Perspektive eröffnen und würde sicherlich so einige erreichen, die dem Thema Nachhaltigkeit eher distanziert gegenüber stehen, erst recht wenn es mit imaginiertem Verzicht verbunden ist.

Zwei gängige Annahmen zur Verbindung von Glück und Nachhaltigkeit sind somit zu hinterfragen: Erstens die weiter vorherrschende Annahme, dass materieller Wohlstand die zentrale Säule des Wohlbefindens ist. Hier braucht es wesentlich mehr Forschung und Wissen über Glück, Zufriedenheit und Wohlbefinden. Zweitens die Neigung vieler umweltbewegten Akteure zur Askese als Ideal eines „Erlösungsweg“ aus der Umwelt- bzw. Klimakatastrophe, wobei das glücklich sein hinter die globalen Probleme zurück zu stellen ist. Dies mag einige Menschen ansprechen und motivieren, ihr Leben tatsächlich gravierend zu ändern. In einem weitaus erfolgreicherem Ausmaß gelingt eine Motivation von Menschen sicherlich eher, wenn klar wird, das Glück und Nachhaltigkeit miteinander einhergehen können.

Glück (Subjektives Wohlbefinden) als Aufgabe für Bildung und Politik

Glück und Nachhaltigkeit gehören zusammen, so lautet die Erkenntnis meiner Forschung. Es braucht daher eine verstärkte und vertiefte Auseinandersetzung mit dem Verständnis von Glück und Wohlbefinden, gesellschaftlich ebenso wie auf ganz persönlicher, individueller Ebene. Was macht mich glücklich? Wie kümmere ich mich um mein Wohlbefinden? Wie trage ich zum Glück anderer bei bzw. wie hängen mein Glück und das Glück anderer Menschen zusammen? Wie verhält sich mein Glück zu Fragen der Nachhaltigkeit: stehen sie sich im Weg oder passen sie zusammen?

Es braucht mehr Informationen und Bewusstsein um die Themen Glück, Zufriedenheit, Wohlbefinden. Wer in Fragen zu seinem eigenen Wohlbefinden mündig ist, verliert oder flüchtet sich weniger oft im kompensatorischen Konsum, der Treitmühle von Arbeit und Shoppen, dem Erlebniskonsum und der Unterhaltungsindustrie.

Die Idee, das subjektives Wohlbefinden allein im Privaten zu suchen und eine ganz private Sache sei ist trügerisch: Wohlbefinden ist zwar in seiner Ausformung eine sehr subjektive Angelegenheit, aber das Erlangen ist durchaus in der Gesellschaft verortet. Wir sind geprägt von gesellschaftliche vermittelten und kulturelle etablierten Konzepten von Glück. Diese sind jedoch veränderbar. Eine stärkere Debatte über Wohlbefinden und Glück könnte hier neue Freiräume schaffen, mehr Wohlbefinden ermöglichen und einen wertvollen Beitrag zur nachhaltigen Entwicklung leisten.



Glück & Nachhaltigkeit

Jochen Dallmer www.glueckundnachhaltigkeit.de

Jochen Dallmer, 2019. Kontakt und weitere Informationen siehe Website.