

Ideen zu funktionieren hat«. Doch wird diese Kritik sofort wieder einkassiert: »Wie allerdings diese Stereotypen dann ausgebaut und zum Leben erweckt werden, ist wiederum eine Kunst für sich.« Ursula März charakterisiert den Roman in der *ZEIT* als »ein Gleichnis der amerikanischen Selbstbeschreibung des zurückliegenden Jahrzehnts« und kommt zu dem Urteil: »Wir haben es mit solider, weltweit verkäuflicher Literatur zu tun, nicht mit Weltliteratur.«

Rückkehr zu den einfachen Dingen

Ein Schrank aus massivem Holz ist ein solides Möbelstück; was es mit solider Literatur auf sich hat, lässt sich kaum erschließen. Interessant und treffend allerdings ist der Hinweis auf die amerikanische Selbstbeschreibung. Es scheint so, als würden sich nicht wenige Amerikaner in diesem Buch wiedererkennen, handelt es doch, wie das amerikanische Männermagazin *Esquire* lobt, »von den anachronistischen Dingen,

um die es wirklich geht – unsere Familien, unsere Geliebten, unser Land und unseren Planeten«. Das klingt verdächtig nach hohlem Pathos, nach Rückkehr zu den einfachen Dingen im Leben. Als ob es in der Kunst darum ginge, die einfachen, vermeintlich vergessenen Wahrheiten erneut ins Licht zu rücken. Worum aber geht es in der Kunst, in der Literatur, auch in dem, was man gute Unterhaltungsliteratur nennen könnte? Es geht darum, uns in eine Welt zu versetzen, die wir so vorher noch nicht wahrgenommen haben, im scheinbar Vertrauten das staunenswert Unbekannte und Irritierende zu entdecken. Was Franzen zeigt, ist längst bekannt: Der Krieg im Irak ist umstritten und verknüpft mit krummen Geschäften, mit dem Umweltschutz in den USA ist es nicht gut bestellt, an US-amerikanischen Colleges wird viel getrunken. Man liest einen Text ohne Geheimnis.

Jonathan Franzen: Freiheit (Aus dem Englischen von Bettina Abarbanell und Eike Schönfeld). Rowohlt, Hamburg 2010, 731 S., € 24,95.

Ulrich Baron

Auf der Suche nach dem Glück

Neue Bücher über »positives Denken«

Ulrich Baron

(* 1959) ist Literaturwissenschaftler und arbeitet als Kritiker und freier Publizist in Hamburg.

ulrich.baron@t-online.de



spricht der Begründer des »Schulfachs Glück« Ernst Fritz-Schubert. Wer sich das Messen und Lernen ersparen will, kann sich Nicholas A. Christakis und James H. Fowler anvertrauen, die erklären, »warum Glück ansteckend ist«. Wasser in den Wein der neuen Glückstrunkenheit gießt hingegen die amerikanische Publizistin Barbara Ehrenreich. In *Smile or Die* beschreibt sie, »wie die Ideologie des positiven Denkens die Welt verdummt«.

Will man über Glück sprechen, so muss man akzeptieren, dass es Unterschiede gibt. Der Zürcher Philosophieprofessor Michael

Nicht nur das Ende sondern das Happyend der Geschichte scheint derzeit bevorzuzustehen: Glück sei messbar, behaupten die Ökonomen Bruno S. Frey und Claudia Frey Marti. »Glück kann man lernen«, ver-

Hampe verteilt in *Das vollkommene Leben* seine »Vier Meditationen über das Glück« auf vier fiktive Kollegen: einen Physiker, der »die Verbesserung des Lebens oder das Glück in der Vervollkommnung der Dinge« sucht; eine Philosophin, die für die »Perfektionierung des Geistes« eintritt; einen Psychoanalytiker, der behauptet, »dass das Glück unmöglich sei«; einen Soziologen, der das Glück als eine Erfahrung beschreibe, »die ein richtiges Verhältnis von Dingen und Geistern voraussetzt«.

Ausgehend von einem Satz Ludwig Wittgensteins gelangt Hampe in der Nachschrift zu der These: »Die Lösung des Problems des Glücks merkt man am Verschwinden des Problems.« So zeigt gerade die aktuelle Fülle an Lösungsvorschlägen, dass das Problem eher wächst, während der Hang zu dessen philosophischer Durchdringung eher schwindet.

Passend zum Thema geisterte unlängst eine Studie der US-Universität Princeton durch die Medien, der zufolge Geld zwar glücklich mache, es aber »keinen weiteren Fortschritt nach einem Jahreseinkommen von rund 75.000 Dollar« gebe. »75000 Dollar sind genug«, titelte die *Basler Zeitung*, während in Deutschland findige Leser vorschlugen, künftige Einkommens- und Vermögenssteuererhebungen an diesem Optimum auszurichten.

Glück ist relativ

Aber solche Zahlenspiele sind so irreführend. Familien aus ägyptischen Slums wären mit einem Bruchteil der 75.000 Dollar übergücklich. Der Besitzer einer 140-Meter-Yacht könnte damit allenfalls die Blumendekoration seiner Salons bezahlen. »Glück ist relativ«, konstatieren Frey und Marti: »Zwei psychologische Prozesse wirken in dieselbe Richtung: Der soziale Vergleich und der Gewöhnungseffekt formen die individuellen Erwartungen und lassen die Menschen nach immer mehr streben.

Die Erwartungen nehmen laufend zu. Es entsteht eine Lücke zwischen dem, was man erreicht hat, und dem, was man gerne erreichen möchte.«

Das erklärt den Wahnsinn auf dem Finanzsektor. Wenn millionenschwere Boni nicht absolut betrachtet, sondern an den noch höheren Belohnungen der Kollegen gemessen werden, gibt es kein Halten mehr. Barbara Ehrenreich nimmt in *Smile or Die* nicht nur jene manische Euphorie ins Visier, mit der Bank- und Fondsmanager die Weltwirtschaft ruinierten, sondern auch den zeitweiligen Präsidenten der American Psychological Association. Der trug sinnigerweise den Namen Martin Seligman und zählte in den 90er Jahren zu den Pionieren der positiven Psychologie oder der »Wissenschaft vom Glück«. Für deren Aufkommen bietet Ehrenreich zwei ernüchternde Erklärungen. Ende der 80er Jahre seien wirksame Antidepressiva auf den Markt gekommen, die jeder Allgemeinmediziner verschreiben konnte. Und im folgenden Jahrzehnt hätten sich die Krankenversicherer von der traditionellen Psychotherapie abgewandt. Weil es damit nichts mehr zu verdienen gab, habe man sich von der »negativen« krankheitsorientierten Psychologie abgewandt und sei ins lukrative Geschäft mit dem Glück eingestiegen.

Doch auch für das Geschäftsglück gilt: Ist die Konkurrenz abgehängt, macht zusätzliches Einkommen nicht mehr glücklicher. Richard Layard weist in *Happiness* darauf hin, dass, wenn Geld von einem reichen Menschen an einen armen weitergegeben werde, der Arme mehr Glück hinzugewinne als der Reiche verliere: »*Thus a country will have a higher level of average happiness the more equally its income is distributed*«, doch dann macht er eine wichtige Einschränkung – »*all else being equal*«.

Solche Gleichheit alles anderen aber kann nicht vorausgesetzt werden. Nicht nur weil die Menschen und ihre Lebensverhältnisse verschieden sind, sondern auch weil Glück zweierlei heißen kann,

was im Englischen durch die Scheidung von »happiness« und »luck«, im Deutschen zwischen »glücklich sein« und »Glück haben« akzentuiert wird. Auch der wohlwollendste Staat kann nicht jedes Unglück abwenden und nicht jedes Glücksstreben akzeptieren.

»Suchte sein Glück in Schweden«, hieß es in einer jener biografischen Handbücher, die das enzyklopädische 18. Jahrhundert massenhaft hervorgebracht hat, über einen glücklosen Zeitgenossen: »Fand's dort aber nicht und starb am **** in ***.« Anders als der berühmte »pursuit of happiness« der in der amerikanischen Unabhängigkeitserklärung das Recht auf »life« und »liberty« zum Dreiklang ergänzt, schiebt sich hier ein Possessivpronomen zwischen Individuum und Glück. Man suchte nicht das Glück schlechthin, sondern sein ganz persönliches. Fand man es nicht, war wohl das fatum Schuld.

Schulfach Glück?

Solchen schicksalsgläubigen Individualismus kennt die aktuelle Glücksliteratur nicht. Ernst Fritz-Schuberts Konzept eines »Schulfachs Glück« soll ganz allgemein »Kinder stark fürs Leben machen«, was angesichts der zahlreichen Fälle von Problempädagogen und Problemschulen, die derzeit ruchbar werden, sicherlich nicht verkehrt wäre.

Zu den herausragenden Eigenschaften des Menschen zählt für den Autor »dessen Fähigkeit, sich an schwierige Bedingungen anzupassen, kritische Situationen zu meistern und dabei Freude zu empfinden«. Er postuliert: »Das Glücksgefühl ist also auch die natürliche Belohnung für unsere Anstrengungen und zugleich Motor für immer neues Tätigsein«, und kommt zu der Schlussfolgerung: »Das Streben nach Lebensglück richtet sich demnach nicht auf ein fixiertes Endziel der Glückseligkeit, sondern ist ein fortschreitender Prozess,

ein individuell sehr verschiedener, manchmal auch steiniger Weg.«

Zu den Führern auf diesem Weg zählt er den amerikanisch-israelischen Medizinsoziologen Aaron Antonovsky. Dessen Konzept der »Salutogenese« befasste sich »mit der Entstehung und dem Erhalt von Gesundheit beim Menschen«. Antonovsky habe untersucht, »warum manche Menschen bei gleichen äußeren Belastungen wie zum Beispiel Traumata oder Entbehrungen gesünder bleiben als andere«. Ausschlaggebend sei für ihn der »Sense of Coherence« (SOC): »Das Kohärenzgefühl ist eine individuell unterschiedliche Grundhaltung der Welt und dem eigenen Leben gegenüber, die sich aus drei Komponenten zusammensetzt: dem Gefühl der Verstehbarkeit, dem Gefühl der Handhabbarkeit und dem Gefühl der Sinnhaftigkeit.« Je größer nun dieses Kohärenzgefühl sei, »desto weniger gesundheitliche Schäden können äußere Belastungen bei ihm anrichten«. Es gehört zu Fritz-Schuberts pädagogischem Konzept, »die Persönlichkeitsmerkmale zu stärken, die zu einem ausgeprägten Kohärenzgefühl führen«.

Doch wenn sich die Erfolge seines Schulfachs Glück daraus ableiten lassen und nicht etwa aus dem Umstand, dass der Autor einfach ein pädagogisches Ausnahmemental ist, wenn Glücksunterricht sinnvoll und möglich ist, dann kommt das einer Bankrotterklärung unseres Bildungssystems und unserer Bildungspolitik gleich. Wenn das Kohärenzgefühl der Schüler zu wünschen übrig lässt, spricht das dafür, dass dieses System nicht so verstehbar, handhabbar und sinnhaftig ist, wie es sein sollte.

Zwei Stunden Glück pro Woche zu erteilen, erscheint vor diesem Hintergrund als ein Herumkurieren an Symptomen. Was als kritischer Ansatz dringend nach Vertiefung und grundlegender Reform verlangte, verschwindet hinter dem Versprechen, es besser machen zu können. Die Erfolge mit seinen Schülern, die Fritz-Schubert präsentiert, sprechen dafür, was ein engagierter

und charismatischer Pädagoge erreichen kann, doch darf man vermuten, dass auch hier der Zauber, der allem Anfang inneohnt, nicht ewig vorhält.

Ein wenig fühlt man sich dabei an das Modell positiver Verstärkung erinnert, das B. F. Skinner 1948 in seiner behavioristischen Sozialutopie *Walden Two* entworfen hat. Sie entließ ihre Leser am Ende mit der Frage, wer letztendlich entscheiden dürfe, was man wie positiv verstärken solle.

Soziales Netzwerk und Glück

Was läge deshalb in Zeiten des Internet näher als die Erziehung des Menschenschlechts ihm selbst zu überlassen – ohne feste Führerschaft, als Schwarm-, als Netzwerkintelligenz? »Die alten Modelle zum Verständnis des menschlichen Verhaltens haben ausgedient«, enthüllen Nicholas A. Christakis und James H. Fowler in *Connected!* Bisherige Modelle zum Verständnis menschlichen Verhaltens seien von Entscheidungen Einzelner oder von Gruppen ausgegangen: »Die Netzwerkforschung ermöglicht dagegen ein vollkommen neues Verständnis der menschlichen Gesellschaft, da sie sowohl Individuen als auch Gruppen betrachtet und sich vor allem mit der Frage beschäftigt, wie sich erstere zu letzteren zusammensetzen.«

Christakis und Fowler untersuchten dabei auch die Frage, welchen Einfluss Netzwerke auf das Glücksempfinden haben. Bei der Auswertung statistischer Daten habe sich ergeben, dass »die unglücklicheren Menschen tendenziell näher am Rande des Netzwerks und am Ende einer Kette von sozialen Beziehungen« ständen. Glück »färbe« zwar auch über Mittelspersonen auf andere Menschen ab, aber nach drei Schritten verliere sich dieser Effekt. Die Autoren ziehen daraus den Schluss: »Unsere Position innerhalb eines sozialen Netzwerks und die Befindlichkeit der Menschen in unserer Umgebung können also

ganz erhebliche Auswirkungen auf unser Leben haben.« Nicht ganz unerwartet folgt dann die frohe Botschaft: »Dazu müssen Sie kein Superstar sein. Sie müssen sich nur vernetzen. Dank der Allgegenwart der menschlichen Beziehungen haben wir erheblich größeren Einfluss auf andere, als wir wahrnehmen. Mit Gesten der Hilfsbereitschaft können wir Dutzende oder Hunderte Menschen erreichen.«

Eben noch höflich mit »Sie« angesprochen, wird man hier plötzlich im »wir« eingemeindet, und es meldet sich Widerspruch. Das Problem solcher Netzwerk-Entwürfe zeigt sich derzeit in den USA, wo der Enthusiasmus der *Yes-we-can*-Kampagne der Einsicht gewichen ist, dass die Wirklichkeit sich selbst besten Absichten nicht fügt. Mit dem Enthusiasmus schwindet auch das Glück des Dazugehörens, zerfallen Gemeinschaften, und es stellt sich die Frage, wie beständig, wie ehrlich, wie real und wie beglückend die Beziehungen sind, die das *World Wide Web* zu stiften vermag. Vielleicht sollte man Horazens »*Beatus ille, qui procul negotiis*« (»Glücklich jener, der den Geschäften fernbleibt«) zeitgemäßer formulieren: Glücklich ist, wer abschalten kann.

Nicholas A. Christakis/James H. Fowler: *Connected! Die Macht sozialer Netzwerke und warum Glück ansteckend ist*, S. Fischer, Frankfurt/M. 2010, 431 S., € 22,95.

Barbara Ehrenreich: *Smile or Die. Wie die Ideologie des positiven Denkens die Welt verdimmt*. Verlag Antje Kunstmann, München 2010, 254 S., € 19,90.

Bruno S. Frey/Claudia Frey Marti: *Glück. Die Sicht der Ökonomie*. Rüegger Verlag, Zürich/Chur 2010, 167 S., € 14,10.

Ernst Fritz-Schubert: *Glück kann man lernen. Was Kinder fürs Leben stark macht*, Ullstein, Berlin 2010, 239 S., € 19,95.

Michael Hampe: *Das vollkommene Leben. Vier Meditationen über das Glück*, Hanser, München 2010, 302 S., € 21,50.

Richard Layard: *Happiness (2005) (dt. Die glückliche Gesellschaft)*. Campus (2. Aufl.), Frankfurt/M. 2009, 324 S., € 19,90.