Lebensqualität. Das ist die kurze Version. Die längere lautet: Satt, sicher, warm, gesund, geborgen, verwirklicht.

Die differenzierte und für mich heute Aktuelle: gutes Essen, leckerer Kaffee, Sonne, Wärme, Blick auf den See, angenehme Gesellschaft, keine objektive oder gefühlte Bedrohung.

„Es kann sehr einfach sein, es sich gut gehen zu lassen“

Im Detail finden sich viele Spielarten, die aber alle gemeinsam haben, dass relativ wenig erfüllt sein muss, um Glück zu empfinden. Es kann sehr einfach sein, es sich gut gehen zu lassen. Einen Teil meiner Lebenszeit verwende ich darauf, eben dies bereit zu stellen. Einen weiteren darauf, es auch in der Zukunft bereit stellen zu können. Und der Rest? Nicht immer und nicht für jeden bleibt da ein Rest. Manchmal wird die ganze Energie schon gebraucht um ein Mindestmaß an Sicherheit zu erlangen. In einem Schlauchboot auf dem Mittelmeer fragt keiner nach Kaffee. Manche arbeiten 12 Stunden am Tag, um überhaupt etwas zu Essen zu haben. Das ist traurig und sollte nicht so bleiben, aber in diesem Text geht es um andere. Um die, die immer noch mehr wollen. Mehr Geld, als sie zum Leben brauchen, mehr Anerkennung als von den Menschen die Ihnen nahe stehen, mehr Sicherheit, mehr Macht, mehr, mehr mehr. Warum ist es nicht genug? Warum reicht Lebensqualität nicht?

„Wer Glück empfindet, braucht keine Vergleiche mit anderen“

Ich denke da an Bertold Brecht und die Anekdote zu Senkung der Arbeitsmoral. Die wirkt ja recht Mediteran. Wieviel Vorsorge für die Zukunft, zB für den Winter, man braucht, hat sicher auch klimatische Gründe, und kulturelle. Es hängt davon ab, in welchem Land man lebt und welche sozialen Sicherungssysteme es gibt. Aber nicht nur. Ein ganz entscheidender Faktor ist das Vertrauen. In sich selbst, die Welt, die Mitmenschen, die Zukunft. Vielleicht ist es auch mehr ein Glaube. Ein Glaube daran, dass es genug ist und genug bleibt. Wer diesen Glauben, dieses Vertrauen nicht hat, vielleicht auch nicht erfahren durfte, dass andere wichtige Bezugspersonen es haben, für den reicht es nicht. Für den ist es nie genug. Der wird gierig, geizig, ehrgeizig, unerfüllbar. Und unglücklich. Leider. Das ist tragisch. Tragisch für den unglücklichen, misstrauischen. Tragisch auch für all diejenigen, denen etwas genommen wird durch den Geiz, die Gier und die Missgunst. Wenn ein

inneres Gefühl fehlt und durch äußere Bedingungen ersetzt werden soll, entsteht viel Leid. Ich würde jedem Wünschen das Glück der puren Lebensqualität empfinden zu können. Dann könnten wir auch endlich aufhören über Gerechtigkeit zu reden. Denn wer Glück empfindet, braucht keine Vergleiche mit anderen.

Dieser Artikel ist aus dem April 2016 und wurde hier nach Überarbeitung noch mal veröffentlicht.