

Glück

Von Helmut Höge

»Was ist das nur für eine Einrichtung, dass man an schlechten Tagen mehr am Leben hängt als an den guten Tagen?« fragte sich Silvia Bovenschen in ihrem klugen Buch »Älter werden« von 2006. Ein glückliches (oder geglücktes?) Sterben setzt erst einmal ein gehöriges Alter voraus – ein Luxus, den sich unsere Gesellschaft bald nicht mehr leisten kann, fürchtet die Literaturwissenschaftlerin. Das Altern macht einen mit der Zeit immer unattraktiver, darunter leiden besonders diejenigen, die ihr Lebensglück vornehmlich in der Sexualität suchten, so erleben es die Protagonisten in A. L. Kennedys Roman »Paradies« (2005). Ihre alternden Helden und Heldinnen bieten dagegen Pflegemittel, teure Düfte und Kleidung sowie einen distinktiven »Lifestyle« auf. Andere Autoren empfehlen Sport, regelmäßige Gesundheitskontrollen, achtsame Ernährung, Schönheitsoperationen etc.

In den USA hat all das bereits zu regelrechten Exzessen geführt, die Publizistin Barbara Ehrenreich spricht in »Wollen wir ewig leben?« (2018) von einer »Wellnessepidemie«. Sie schreibt: »Weil die Zeit, die mir bleibt, immer kürzer wird, ist jeder Monat und jeder Tag zu kostbar, um ihn in einem fensterlosen Wartezimmer und zwischen Untersuchungsapparaten zu verbringen. Alt genug geworden zu sein, um zu sterben, ist eine Leistung, keine Niederlage, und die damit verbundene Freiheit verdient es, gefeiert zu werden.«

Mit »Leistung« meint Ehrenreich wahrscheinlich ihre ziemlich guten »Sozialrecherchen« und mit »Freiheit« das, was ihr die Honorare ermöglichen. Daraus scheint für sie eine positive Einstellung zum Altern zu resultieren. Die NZZ schreibt: »Wer noch im Alter Freude an Sex hat, lebt gesünder und womöglich länger. Schon das Küssen ist ein kleines Muskeltraining und setzt Glückshormone frei.« Man sollte sich jedoch nicht bloß aus muskulären Gründen um Sex bemühen, denn das erzeugt »Stress«.

Der Stress wurde Mitte des 20. Jahrhunderts erfunden und ist für vieles verantwortlich, auch für einen frühzeitigen Tod. Das zeigten Untersuchungen an Pavianen und an weißen US-Amerikanern der Unterschicht. Ehrenreich spricht vom »großen Sterben der weißen Männer«: Sie rauchen, trinken Alkohol, nehmen Opiate, ernähren sich von Hamburgern und Pommes, hängen vorm Fernseher und verfetten verbittert. Vor allem aber sind sie deswegen gestresst, weil ihre Jobs prekär geworden sind, ihre Einkommen sinken und sie sich von jedem Arsch was sagen lassen müssen. Auch von all den Weißkitteln, die unisono behaupten: »Letztlich liegt es an jedem einzelnen, sich für ein gesünderes Verhalten zu entscheiden.« Ja, die öffentliche Meinung in den USA geht dahin, dass es für alle eine »individuelle moralische Verpflichtung zur Gesundheit« gibt. Ehrenreich spricht von einem »Gesundheitswahn«, bereits Susan Sontag kritisierte die »Moralisierung von Krankheiten« in den USA.

Nicht zuletzt müssen wir uns alle immer öfter fragen lassen: Was hast du aus deinem Leben gemacht? Du hast zehn Jahre an eine Sache verschwendet, die zu

keinem greifbaren Ergebnis geführt hat? Du hast keine Kinder? Du bist nicht mal berühmt? Wo sind denn die Ergebnisse deines Lebens? Bist du wenigstens glücklich? Wie, nicht einmal das! Du rauchst? Die Philosophin Alenka Zupančič schreibt in »Das Reale einer Illusion« (2001), man werde nicht nur für sein Unglück verantwortlich gemacht, »die Lage ist noch viel perverser: Das Unglück wird zur Hauptquelle der Schuldigkeit, zum Zeichen dafür, dass wir nicht auf der Höhe dieses wunderbaren Lebens waren, das uns ›geschenkt‹ worden ist. Man ist nicht etwa elend, weil man sich schuldig fühlt, man ist schuldig, weil man sich elend fühlt. Das Unglück ist Folge eines moralischen Fehlers. Wenn du also moralisch sein willst, dann sei glücklich!«

<https://www.jungewelt.de/artikel/525190.glueck.html>