



Weniger ist mehr: Glücklich ist nicht, wer am meisten besitzt, sondern wer im Leben das tut, was er gut und gerne tut, sagt die Forschung.

Symbolbild Alain Wicht/a

## Geteilte Freude

Individuelles Glück soll nicht auf Kosten anderer gehen, sondern zum globalen Glück beitragen: Wie das geht, zeigt die Helvetas-Ausstellung «Global Happiness» im Naturama in Aarau.

Carole Schneuwly

**AARAU** Es kann riechen wie der Apfelkuchen aus Mutters Küche oder wie frisches Kiefernholz. Es kann rot, grün oder gelb sein, kunterbunt oder rabenschwarz. Es ist Lachen und Liebe, Gesundheit und Zufriedenheit, Familie und Menschlichkeit. Das alles sind Facetten des Glücks, wie Menschen aus verschiedenen Teilen der Welt sie in der Ausstellung «Global Happiness» beschreiben, die derzeit im Naturama in Aarau zu sehen ist. Die Wanderausstellung ist eine Initiative der Schweizer Entwicklungsorganisation Helvetas. Sie wird in den nächsten vier Jahren in verschiedenen Städten der Schweiz und Liechtensteins gastieren; Aarau ist die erste Station.

### Überzeugung statt Angst

Die Schau schlägt einen Bogen zwischen dem privaten und dem globalen Glück. Sie sagt, was Menschen glücklich macht, fragt, was es braucht, damit möglichst viele Menschen auf der ganzen Welt glücklich sein können, und zeigt, wie individuelles Glücksstreben und nachhaltige Entwicklung Hand in Hand gehen können. «Die Auseinandersetzung um die Klimaveränderung, um begrenzte Ressourcen und die Uno-Ziele für eine nachhaltige Entwicklung zeigen, dass erst nachhaltiges Glück zu globalem Glück führt», schreibt Helvetas zur Ausstellung. Es war die kanadische Bildungs-

professorin Catherine O'Brien, die in den Neunzigerjahren begann, Glück und Nachhaltigkeit wissenschaftlich zu verbinden. Ihr Credo: Menschen ändern ihre Lebensweise nicht, wenn man ihnen mit drohenden Katastrophen Angst macht, sondern wenn man sie davon überzeugt, dass nachhaltiges Verhalten anderen Menschen und der Umwelt dient – und dass sie dieses Verhalten auch selber glücklich macht. «Nachhaltiges Glück ist Glück, das sowohl zu persönlichem als auch zu gemeinschaftlichem und globalem Wohlbefinden beiträgt und weder andere Menschen noch die Umwelt oder kommende Generationen schädigt»: So lautet Catherine O'Briens Definition von nachhaltigem Glück, auf der die Helvetas-Ausstellung aufbaut.

Die Ausstellung hat indessen nichts von einer wissenschaftlichen Abhandlung, sondern kommt spielerisch und unterhaltsam daher. Als Gartenlandschaft konzipiert, führt sie durch sechs Themenpavillons vom individuellen Glück bis zum Weltglück. Sie legt dabei die vier Glücksfaktoren zugrunde, die der belgische Geograf und Philosoph Eric Lambin formuliert hat: die persönliche Situation, das soziale Umfeld, das natürliche Umfeld und das politisch-institutionelle Umfeld. Den ersten Faktor, das persönliche Glück, beeinflussen etwa Arbeit, Freizeit, Gesundheit, Finanzen oder Lebenshaltung. Das soziale Umfeld umfasst Glücksfaktoren wie Partnerschaft, Familie, Freunde

oder Zugehörigkeit zu Netzwerken. Zum natürlichen Umfeld gehört der Zugang zu naturbelassenen Räumen oder das Gefühl der Naturverbundenheit. Und mit politischem Umfeld ist gemeint, dass glücklich ist, wer sich in seinem Land sicher fühlt, seine Grundrechte gewahrt sieht und auf staatliche Dienstleistungen zählen kann.

### Weniger Besitz, mehr Lebensqualität

Seien die Grundbedürfnisse gedeckt, seien Glück und Zufriedenheit nicht von materiellen Dingen abhängig, sagt die Glücksforschung. Nicht mehr, sondern weniger Konsum mache glücklich, denn dann bleibe mehr Zeit für das, was uns wirklich erfüllt. In der Ausstellung zeigt dies das Beispiel der Berliner Mimi, einer jungen Minimalistin. Minimalisten reduzieren ihren Besitz, um Raum zu schaffen für das, was ihnen wichtig ist. Ihre Lebensform sei kein Verzicht, erklärt Mimi in einem Video. Vielmehr bringe sie ihr Lebensqualität, weil sie ihr helfe, zu erkennen, was ihr wichtig sei. «Man kann und muss nicht alles richtig machen», sagt Mimi. «Man soll sich nur die Frage stellen, wie man es besser machen kann.» Anhand von vielen Beispielen regt die Ausstellung dazu an, darüber nachzudenken, worauf man selbst verzichten könnte. Auf den Fernseher wie der 55-jährige Matthias, der sagt, dass er dadurch viel mehr Zeit für anderes habe? Auf Wohnraum wie die 66-jährige Marlis, die mit ihrem

Mann in einem Lieferwagen lebt und die Welt bereist? Oder auf das eigene Auto wie der 37-jährige Nico, der auf Mobility umgestiegen ist?

In einem anderen Pavillon geht es darum, wie Gemeinschaften zum Glück ihrer Mitglieder beitragen können. Die Reise geht etwa in das visionäre Quartier Yungay in Santiago de Chile, dessen Bewohner sich gemeinsam für einen grünen Wohnraum einsetzen. Auch ganze Staaten können sich dem Glück verschreiben: Bhutan misst den Fortschritt nicht am Bruttonationalprodukt, sondern am Bruttonationalglück. In der Ausstellung ist ein Interview mit Tashi Pem, der Landesdirektorin von Helvetas in Bhutan, zu sehen. «Es geht nicht um eine Nation vergnügter Menschen», erklärt sie. Das Bruttonationalglück strebe nicht nur materielles, sondern ganzheitliches Glück an: Es berücksichtige die Gefühlswelt der Menschen, das soziale und kulturelle Leben, die Umwelt, spirituelle und ökologische Faktoren und die gute Regierungsarbeit. Bei der Bevölkerung scheint das anzukommen: «Die glücklichsten Menschen leben in Bhutan», sagt ein Mann aus Bhutan in der Glücksumfrage, die Helvetas für die Ausstellung durchgeführt hat. «Wir sind entspannt und nicht gestresst und haben eine starke und lebendige Kultur.»

**Naturama**, Feerstrasse 17, Aarau. Bis zum 1. März 2020. Di. bis So. 10 bis 17 Uhr, Do. 10 bis 19 Uhr. [www.naturama.ch](http://www.naturama.ch); [www.globalhappiness.ch](http://www.globalhappiness.ch)



Zahlen und Fakten

### Erste Schritte auf dem Weg zum globalen Glück

Die UNO-Ziele für eine nachhaltige Entwicklung tragen Früchte, wie die Ausstellung anhand von vielen Beispielen zeigt, darunter folgenden:

- **In Kambodscha** musste 2001 jedes zweite Kind arbeiten. Heute ist es noch jedes zehnte, und es gibt einen nationalen Aktionsplan gegen Kinderarbeit.
- **Nepal** hat von 1990 bis 2005 ein Viertel seines Waldes abgeholzt; seit 2012 wächst die Waldfläche wieder.
- **In Südostasien** ist die Zahl der unterernährten Menschen seit 1990 von 138 Millionen auf 61 Millionen gesunken.
- **Singapur** war vor 40 Jahren überbevölkert, und es fehlte an Infrastruktur. Heute gilt die Infrastruktur des Landes als die zweitbeste der Welt. *cs/Bild zvg*

Das ist mein Glück: Menschen aus aller Welt verraten, was sie glücklich macht - und welches Ding dafür steht.



**Seydou (54), Mali:** «Ich bin Chauffeur. Mein Glück ist mit meiner Arbeit verbunden. Dank ihr kann ich für meine Familie sorgen und meine Bedürfnisse erfüllen.»



**Adilia (39), Guatemala:** «20 Jahre lang ging ich jeden Tag eine Stunde zu Fuss, um mit diesem Krug Wasser zu holen. Heute haben wir zum Glück fließendes Wasser.»



**Pia (38), Schweiz:** «Ein Bekannter traf bei mir einen wunden Punkt. Zur Wiedergutmachung trafen wir uns auf einen Cocktail. Jetzt sind wir seit 10 Jahren ein Paar.»



**Eugénie (59), Ruanda/Schweiz:** «Dieser Tee steht für meine Glückseligkeit. Er erinnert mich an meine Kindheit, an die Zuneigung zu meiner Familie, an mein Land.»



**Nik (9), Schweiz:** «Glücklich macht es mich, wenn ich Keyboard spiele. Am glücklichsten bin ich, wenn ich mit Luchs und Luchsi im Arm im Bett liege.» *Bilder zvg*