



Dr. med.
Astrid Lyrer-Gaugler



Dr. med.
Hans-Ulrich Kull



Dr. med.
Jürg Naef



Dr. med.
Hans Kaspar Schulthess

Vom Glücklichein

Ein paar glückliche Tage führten mich kürzlich ins Berner Oberland, bei schönstem Kalenderwetter und wunderbarer Fernsicht in die Alpen. Die täglichen Bergwanderungen über frühlingshafte Schneefelder bleiben in tiefer Erinnerung. Das Herz lachte, die Stimmung war ungetrübt, die üblichen altersbedingten Beschwerden und alle Alltagsorgen waren rasch vergessen. Es war „Glück pur“, wie ich es gleichermaßen jedem Leser gönnen möchte. Mögen allfällige Belastungen im Beruf oder privat noch so gross sein – das Entfliehen in die Natur der Bergwelt oder an einen See oder sogar nur eine Wanderung durch den Wald oder entlang eines Baches in der Nähe – dies zu erleben bedeutet immer wieder Glück und ist durch nichts zu ersetzen.

Es ist ja so eine Sache mit dem Glück: Wir denken zu wenig darüber nach. Was macht eigentlich Glück aus und was trübt es? Eine kürzlich vom EU-Statistikamt durchgeführte Umfrage anlässlich des „UNO-Tages des Glücks“ ergab für uns Erfreuliches: Auf einer Skala von 0 bis 10 bewerteten Schweizerinnen und Schweizer ihre allgemeine Zufriedenheit immerhin mit 8 Punkten. Von den 30 an der Umfrage teilnehmenden Ländern kamen nur noch Dänemark, Finnland und Schweden auf diesen Wert (während Bulgarien am unzufriedensten zu sein scheint, die angegebene Punktzahl liegt dort bei nur 4,8 Punkten). Wir Schweizer sollten demnach sehr glücklich sein und es auch gegenüber unseren Mitmenschen zeigen. Doch wir klagen lieber. Im Sorgenbarometer 2014 nannten 51% die Angst vor Arbeitslosigkeit, 40% die Ausländerfrage und 37% die Altersvorsorge als Hauptgrund ihrer Unzufriedenheit und ihres Missmutes. Das

Gesundheitswesen, die allgemeine Sicherheit und die neue Armut belasten uns Schweizer übrigens gemäss dieser Statistik bedeutend weniger. – Auch wenn unsere täglichen Sorgen demnach eher unbegründet erscheinen, sind wir uns unserer Glückssituation zu wenig bewusst, ja, wir sind eigentlich recht undankbar. Diese Tatsache erinnert mich an Bhutan, dieses an Ressourcen arme Bergland in Zentralasien. Das Leben ist dort äusserst hart und anspruchsvoll, die Bevölkerung ist aber offensichtlich glücklich, und das hochverehrte und geliebte Königshaus hat sogar den Begriff „Bruttoglücksprodukt“ (statt Bruttosozialprodukt) geprägt. Das will sagen, dass anstelle des technischen und wirtschaftlichen Fortschrittes die Zufriedenheit der wenig anspruchsvollen Bevölkerung im Vordergrund steht. Die Bhutanesen versprühen denn auch spürbare Lebensfreude, sie sind trotz des kargen Lebens eigentlich recht glücklich.

Und wir? Meine kürzlich gemachten Bergwanderungen spornten mich an, über die unterschiedlichen Ansprüche ans „Glück“ nachzudenken. Ich möchte auch die geeigneten Leser ermuntern, sich trotz allfälliger Unbill im Alltag an den Privilegien, die wir alltäglich geniessen dürfen, zu freuen und diese Lebenseinstellung auch unseren Mitmenschen offen zu zeigen und weiterzugeben.

Dr. med. Hans-Ulrich Kull, Künsnacht
hansulrich.kull@hin.ch