

Suhrkamp Verlag

Leseprobe



Cabanas, Edgar / Illouz, Eva
Das Glücksdiktat

Und wie es unser Leben beherrscht
Aus dem Französischen von Michael Adrian

© Suhrkamp Verlag
suhrkamp taschenbuch 4998
978-3-518-46998-9

suhrkamp taschenbuch 4998

Edgar Cabanas

Eva Illouz

Das Glücksdiktat

Und wie es unser Leben beherrscht

Aus dem Englischen von

Michael Adrian

Suhrkamp

Die deutsche Übersetzung folgt dem englischen Originalmanuskript und berücksichtigt zugleich Änderungen der französischen Erstausgabe, die 2018 unter dem Titel *Happycratie. Comment l'industrie du bonheur a pris le contrôle de nos vies* bei Premier Parallèle erschien.

Erste Auflage 2019

suhrkamp taschenbuch 4998

Deutsche Erstausgabe

© der deutschen Ausgabe:

Suhrkamp Verlag Berlin 2019

© Premier Parallèle, 2018

Suhrkamp Taschenbuch Verlag

Alle Rechte vorbehalten, insbesondere das
des öffentlichen Vortrags sowie der Übertragung
durch Rundfunk und Fernsehen, auch einzelner Teile.

Kein Teil des Werkes darf in irgendeiner Form
(durch Fotografie, Mikrofilm oder andere Verfahren)
ohne schriftliche Genehmigung des Verlages reproduziert
oder unter Verwendung elektronischer Systeme
verarbeitet, vervielfältigt oder verbreitet werden.

Umschlagillustration: © Yasmine Gateau

Umschlaggestaltung: Rothfos & Gabler, Hamburg

Druck und Bindung: CPI – Ebner & Spiegel, Ulm

Printed in Germany

ISBN 978-3-518-46998-9

Das Glücksdiktat

*Jara gewidmet, für ihre grenzenlose Liebe, ihren Weitblick
und ihren beispielhaften Sinn für Gerechtigkeit.*

Edgar Cabanas

*Dem Andenken meines Vaters gewidmet,
Emile-Haim, dem Gerechtigkeit wichtiger war als Glück.*

*Und meinen Kindern, Nathanaël, Immanuel und Amitai,
die mir viel mehr geben als Glück.*

Eva Illouz

Inhalt

Einleitung 9

Nicht alles, was glänzt, ist Gold 17

Zum Aufbau des Buches 20

1 Die Experten wachen über uns 25

Die positiven Träume des Martin Seligman 25

Ein teures Monument 30

Ein angekündigtes Bündnis 34

Make Psychology Great Again 38

Die Experten wissen es am besten 43

Ein offensichtliches und messbares Gut 47

Ein Gefühlsbarometer 51

Die Technokratie des Glücks 57

2 Die Wiederbelebung des Individualismus 65

Glück und Neoliberalismus 65

Positive Psychologie und Individualismus 69

Die Glücksformel 72

Die 40-Prozent-Lösung 73

Der Rückzug in die innere Zitadelle 78

Achtsamkeits-AG 80

Glück: die massive Rückkehr des Individualismus 83

Erziehung zum Glück 88

Auftritt des glücklichen Schülers 90

Eine hartnäckige Ideologie 92

3 Die Arbeit der Positivität 99

Im Vorzimmer glücklicher Organisationen 103

Die auf den Kopf gestellte Bedürfnispyramide oder Glück
als Voraussetzung für Erfolg 109

Das psychologische Glückskapital 112
Positives Organisationsverhalten 115
Permanente Flexibilität 119
Autonomie, noch so ein Paradox 125
Glück als Grundvoraussetzung 129

4 Glückliches Ego zu verkaufen 131

Steuere deine Gefühle! 137
Glück zur Gewohnheit machen 138
App-Happy 142
Sei du selbst! 148
Authentizität als Persönlichkeitsmerkmal 149
Handle mit deiner Authentizität: Menschen als Marken 152
Authentizität 2.0 154
Und blühe auf! 158
Ein neuer Typ von »Glücksgestörtem«: der permanente
Selbsterschaffer 160
Entwickle dein bestmögliches Selbst! 162

5 Die neue Norm des Glücks 169

Ein Wiedersehen mit dem Durchschnittsmenschen 173
Ein falscher Gegensatz 180
Don't worry, be resilient 186
Sinnloses Leid 195

Schluss 201

Danksagung 211

Anmerkungen 212

Einleitung

Gab es je eine freundlichere Apokalypse?
Philip Rieff, *The Triumph of the Therapeutic*¹

Der Hollywoodfilm *The Pursuit of Happyness* (*Das Streben nach Glück*, Regie: Gabriele Muccino) war 2006 ein weltweiter Kassenerfolg und spielte insgesamt 307 Millionen US-Dollar ein. Der Film beruht auf den Memoiren von Christopher Gardner, einem afroamerikanischen Handelsvertreter aus der unteren Mittelschicht, der sich aus ärmlichen Verhältnissen zum erfolgreichen Geschäftsmann, Börsenmakler und Motivationsredner hocharbeitet. Die Geschichte spielt in den frühen 1980er Jahren. Präsident Ronald Reagan hat im Fernsehen schlechte Wirtschaftsdaten verkündet – düstere Aussichten für Gardner und seine Frau Linda, die alle Mühe haben, sich und ihren fünfjährigen Sohn über Wasser zu halten. Das Geld reicht kaum für Miete und Kinderhort, Gardner aber bleibt trotzdem optimistisch. Er ist hartnäckig, talentiert und möchte im Job unbedingt nach oben.

Eines Tages steht er vor einer der renommiertesten Maklergesellschaften des Landes und schaut den Brokern dabei zu, wie sie in den Feierabend ziehen: »Alle sahen so wahnsinnig glücklich aus«, erinnert er sich später. »Warum konnte ich nicht so aussehen?« Jetzt hat Gardner ein Ziel: Er will Börsenmakler in dieser Firma werden und schafft es mit Charme und sozialem Geschick, dort ein unbezahltes Praktikum zu ergattern. Linda jedoch unterstützt ihn nicht in seinem Traum. Als er ihr von seinen Zielen berichtet, erwidert sie sarkastisch: »Wieso nicht gleich Astronaut?« Linda wird im Film als ewige Nörglerin und Pessimistin dargestellt, das genaue Gegenteil ihres Mannes. Und sie wirft hin, verlässt die Familie in dem Moment, als es scheinbar schlimmer nicht mehr kommen kann. Ohne ihre finanzielle Unterstützung

ist Gardner völlig ruiniert. Er und sein Sohn fliegen erst aus der Wohnung, dann aus einem Motel und müssen schließlich in einer Obdachlosenunterkunft Zuflucht suchen.

Gardner lässt sich aber nicht unterkriegen. Bei den Leitern des Ausbildungsprogramms und seinen Ivy-League-Konkurrenten versucht er den Schein des Erfolges zu wahren. Dafür arbeitet er Tag und Nacht in zwei Jobs, büffelt für die Abschlussprüfung und kümmert sich obendrein noch liebevoll um sein Kind. Gardner ist entschlossen: »Lass dir von niemandem je einreden, dass du was nicht kannst. [...] Wenn du einen Traum hast, musst du ihn beschützen. [...] Wenn du was willst, dann mach es. Basta«, sagt der Vater beim Basketballspielen zu seinem Sohn. Gardner gehört zu den besten Absolventen des Programms und bekommt schließlich seinen Traumjob. »Dieser Abschnitt meines Lebens, dieser klitzekleine Abschnitt, heißt Glückseligkeit« (»this is happiness« im Original), behauptet er am Ende des Films.

Der weltweite Erfolg des Films zeigt deutlich, welchen Raum das Ideal des Glücks und das Streben nach Glück in unserem Leben einnimmt. Das Glück ist allgegenwärtig: im Fernsehen, im Radio, in Büchern und Zeitschriften, im Fitnessstudio, beim Essen und in Ernährungsratgebern, im Krankenhaus, bei der Arbeit, im Krieg, in Schulen und Universitäten, in der Technologie, im Internet, auf dem Sportplatz, zu Hause, in der Politik und natürlich in den Regalen der Geschäfte.

Das Glück hat unsere kulturellen Vorstellungswelten tiefgreifend beeinflusst, es ist heute im Alltag präsent bis über die Grenze des Erträglichen hinaus. Kurz vor dem Jahr 2000 führte Amazon noch dreihundert Bücher mit dem Wort »happiness« im Titel; heute sind es über zweitausend. Eine einfache Suche im Netz ergibt hunderttausende Treffer, von den täglichen Tweets, Instagram- und Facebook-Posts gar nicht erst zu reden. Wer wollte noch bezweifeln, dass die Vorstellung von Glück zu einem grundlegenden Bestandteil dessen geworden ist, wie wir uns selbst und die Welt verstehen und deuten? So vertraut und

natürlich ist der Begriff, dass es einigermaßen abwegig, ja dreist anmuten mag, ihn in Frage zu stellen.

Doch hat die Idee des Glücks in den vergangenen Jahrzehnten nicht nur enorme Prominenz erlangt, wir verstehen heutzutage auch etwas ganz anderes darunter als früher. Wir glauben nicht mehr, dass Glück etwas mit Schicksal, Lebensumständen oder der Abwesenheit von Leid zu tun hat, dass es ein tugendhaftes Leben krönt oder einfältigen Menschen mageren Trost gewährt. Nein, Glück gilt in unseren Zeiten vielmehr als eine Geisteshaltung, die sich willentlich herbeiführen lässt, als Resultat der Mobilisierung unserer inneren Stärken und unseres »wahren Selbst«, als einziges Ziel, das anzustreben sich lohnt, als der Maßstab, an dem wir den Wert unserer Biographien, die Größe unserer Erfolge und Niederlagen sowie den Stand unserer psychischen und emotionalen Entwicklung messen müssen.

Vor allem aber stellt sich das Glück heute als das zentrale Merkmal unseres Idealbilds vom guten Bürger dar. In dieser Hinsicht ist Gardners Geschichte besonders interessant: Einer der reizvollsten Aspekte an *The Pursuit of Happiness* ist ja nicht, was der Film über das Glück an sich zu sagen hat, sondern was er über den Typus Bürger verrät, der es »zu Recht« erlangt.² Glück meint hier weniger irgendeine Vorstellung von Glück als vielmehr eine bestimmte Art von Person, nämlich eine individualistische Person, die sich selbst treu bleibt, Rückschläge verkräftet und die Initiative ergreift, die optimistisch und von hoher emotionaler Intelligenz ist. In diesem Sinn präsentiert der Film Gardner als perfekte Verkörperung der glücklichen Person und macht das Glück gleichzeitig zum roten Faden einer beispielhaften Geschichte, die vorführt, wie man sein »Ich« an bestimmten anthropologischen Vorannahmen, ideologischen Werten und politischen Tugenden ausrichtet und entsprechend mobilisiert.

Die Geschichte des echten Christopher Gardner war mit dem Film nicht zu Ende. Sie fand ihre Fortsetzung in den Medien, die sich für sein Leben interessierten, weil sie sein Potenzial er-

kannten, Millionen von Menschen für die Idee zu begeistern, dass Reichtum und Armut, Erfolg und Scheitern, Glück und Unglück letztlich eine Frage der Wahl seien. Im Entstehungsjahr des Films erklärte Will Smith, der Gardner spielt, in einer Reihe von Interviews, er möge Gardner, weil »er den amerikanischen Traum verkörpert«. Als Gast in der Oprah-Winfrey-Show sagte der Schauspieler sogar: »Was Amerika verspricht, ist eine so großartige Idee, weil es das einzige Land auf der Welt ist, in dem Chris Gardner existieren könnte«. Er erwähnte freilich nicht, dass Fälle wie der Gardners in Nordamerika genauso ungewöhnlich sind wie im Rest der Welt. Er ließ völlig außer Acht, dass die Vereinigten Staaten eines der Länder mit der größten sozialen Ungleichheit und Ausgrenzung auf der Welt sind³ und damit eines, in dem gerade Wohlstand und soziale Aufwärtsmobilität für die Mehrheit der Bevölkerung kaum realistische Optionen darstellen. Wie Smith ebenso wenig thematisierte, ist es tief im kulturellen und nationalen Unbewussten der USA verankert, dass Gewinner und Verlierer selbst für ihr Schicksal verantwortlich sind. Diese meritokratische Voraussetzung gilt heutzutage in praktisch allen westlichen Ländern, in denen die persönliche Situation des oder der Einzelnen zunehmend als eine Frage des individuellen Verdienstes betrachtet wird, nicht mehr als Folge struktureller Prozesse.⁴ Der Film ist ein typisches Beispiel für diese Mentalität: Gardner wird als Selfmademan schlechthin gezeichnet und sein Leben als ein sozialdarwinistischer Kampf um den sozialen Aufstieg, an dessen Ende eine klare Botschaft steht: Die Meritokratie funktioniert, weil sich Hartnäckigkeit und persönlicher Einsatz immer auszahlen.

Der Erfolg des Films verhalf dem echten Christopher Gardner zu weltweiter Bekanntheit. In den folgenden Jahren gab er hunderte von Interviews, in denen er das Geheimnis seines Wegs zum Glück lüftete und erklärte, warum sich »Happyness« im Filmtitel mit »y« statt mit »i« schreibt: »Das »y« ist dazu da, um uns alle daran zu erinnern, dass *Sie* (*you*) darüber entscheiden,

welches Leben Sie führen, dass es einzig und allein in *Ihrer* Verantwortung liegt. Niemand wird Ihnen zu Hilfe kommen. Das müssen Sie schon selber tun.« So entdeckte Gardner, der vom erfolgreichen Börsenhändler zum hochbezahlten Motivationsredner umsattelte, seine wahre Mission: der Welt die frohe, am eigenen Leib erfahrene Lektion zu vermitteln, dass der Mensch die Kraft hat, sich am eigenen Schopf aus dem Sumpf zu ziehen und widrige Umstände in Wachstums- und Erfolgchancen zu verwandeln. 2010 wurde er zum »Glücksbotschafter« der AARP (American Association of Retired Persons) ernannt, einer gemeinnützigen Organisation mit 38 Millionen Mitgliedern. Also widmete sich Gardner mit vollem Elan der Aufgabe, eine simple Botschaft zu verbreiten: So wie das menschliche Ich geprägt, gestaltet und verändert werden kann, wenn man nur über den Willen und das entsprechende praktische Wissen dazu verfügt, kann auch das Glück gestaltet, gelehrt und gelernt werden.

Diese Botschaft war allerdings zumindest auch paradox. Im selben Moment, in dem er einen unmittelbaren Zusammenhang zwischen Glück und persönlicher Verantwortung herstellt (»*Sie* entscheiden, einzig und allein in *Ihrer* Verantwortung«), argumentiert er für die Notwendigkeit von Experten wie ihm selbst, die den Menschen bei ihrer Glückssuche den Weg weisen. Gardner hatte sich zweifellos in dem zeitlosen Paradox verfangen, welches im Mythos der persönlichen Neuschöpfung liegt und besagt, dass selbst die Selfmade-Personen sich nicht einfach so selbst verwirklichen, sondern der Anleitung und Orientierungshilfe bedürfen. Neu waren Gardners Ansichten in keiner Weise: Er reaktivierte lediglich eine tief in der Gesellschaft verankerte Tradition, in der sich ideologische, spirituelle und populärkulturelle Merkmale zu einem Gemisch verbinden, das wiederum schon seit langer Zeit einen mächtigen Markt bedient. In diesem Markt werden Lebensgeschichten der Selbstveränderung, Erlösung und des persönlichen Triumphs vertrieben und verkauft, eine Art Gefühlspornographie, deren Zweck es ist, den Blick

zu prägen, den Menschen auf sich und ihre Umgebung werfen. Diese exemplarischen Biographien, die den Leuten beibringen sollen, was sie werden müssen, um glücklich zu sein, sind in der Tat eine Konstante in der amerikanischen Populärkultur, die sich über Oprah Winfrey in den 1990ern zu Norman Vincent Peale in den 1950ern, Horatio Alger gegen Ende des 19. Jahrhunderts und Samuel Smiles in den 1850er Jahren zurückverfolgen lässt.⁵

In Wirklichkeit ist das Streben nach Glück nicht nur eines der charakteristischsten Merkmale der nordamerikanischen Kultur, sondern auch eine ihrer maßgeblichen politischen Leitideen. Die Vereinigten Staaten haben dieses »Streben« in alle vier Himmelsrichtungen gepredigt und verbreitet. Sie konnten sich dafür auf eine Vielzahl nichtpolitischer Akteure stützen, zu denen die Verfasser von Selbsthilferatgebern, Coaching-Experten, Geschäftsleute, Stiftungen und andere Privatorganisationen, Hollywood, Talkshows, Stars und Sternchen sowie – natürlich – Psychologen zählten. Erst in jüngster Zeit jedoch hat sich die Suche nach dem Glück von einer typisch amerikanischen politischen Leitidee in eine weltweite Milliardenindustrie verwandelt, die in unmittelbarer Nachbarschaft (und im besten Einvernehmen) mit den harten empirischen Wissenschaften operiert.

Wäre *The Pursuit of Happiness* in den 1990er Jahren gedreht worden, hätte der Film wahrscheinlich kaum jemanden groß interessiert; der Markt war damals sowohl im Sachbuchbereich als auch im Genre des kitschigen Hollywooddramas bereits übersättigt mit Produkten dieses Genres, die uns die Geschichte eines persönlichen Triumphes verkaufen. Zu Beginn dieses Jahrhunderts aber änderte sich die Lage. Ab 1998 setzte es sich die neue, mit enormen amerikanischen Finanzmitteln ausgestattete Positive Psychologie und Glücksforschung zur Aufgabe, der Welt zu erklären, warum das Streben nach Glück nicht nur für Bürgerinnen und Bürger der Vereinigten Staaten, in deren Verfassung es ja steht, eine Selbstverständlichkeit sein sollte. Diesen Psychologen zufolge unterliegen alle Individuen von Natur aus

dem Drang, glücklich sein zu wollen, so dass man dieses Streben nicht nur als natürlich, sondern auch als höchsten Ausdruck menschlicher Erfüllung sehen sollte. Die psychologische Wissenschaft, so wurde behauptet, hat bereits einige der entscheidenden Faktoren bestimmt, die Menschen dabei helfen können, ein glücklicheres Leben zu führen, und jeder sollte von ihren Entdeckungen profitieren können, wenn er sich nur an die unkomplizierten, aber wissenschaftlich bewiesenen Expertinnenratschläge hielt. Die Idee war sicher nicht neu, kam aber aus den Hauptquartieren der psychologischen Wissenschaft und schien daher ernst zu nehmen zu sein. In wenigen Jahren gelang dieser Bewegung, was davor noch niemand geschafft hatte: Sie brachte das Glück an die Spitze der universitären Prioritätenliste und zumindest weit nach oben auf der gesellschaftlichen, politischen und wirtschaftlichen Tagesordnung zahlreicher Länder.

Dank der Positiven Psychologie galt Glück schon bald nicht mehr als vage Vorstellung, utopisches Ziel oder unerreichbarer persönlicher Luxus. Es wurde vielmehr zu einer allgemeinen Zielsetzung, zu einem messbaren Konzept, das es erlaubte, die nötigen psychologischen Voraussetzungen für ein gesundes, erfolgreiches und optimal funktionierendes Individuum zu definieren. Dabei zeigte sich freilich, dass diese Eigenschaften – wenig überraschend – ziemlich genau jenen von Personen wie Gardner aus *The Pursuit of Happiness* entsprachen. Ein hohes Maß an emotionaler Intelligenz, Autonomie, Selbstachtung, Optimismus, Resilienz und Eigenmotivation erklärten die Vertreterinnen der Positiven Psychologie zu den typischen psychologischen Eigenschaften von eigenständigen, authentischen und aufblühenden Personen, die im Allgemeinen auch glücklicher, gesünder und persönlich erfolgreicher seien. Tatsächlich gleicht das Ideal des glücklichen Menschen demjenigen Gardners so sehr, dass man den Film völlig zu Recht als ein Aushängeschild der Positiven Psychologie bezeichnet hat.

Mit dem Erscheinen der Positiven Psychologie auf der wis-

senschaftlichen und gesellschaftlichen Bühne geschah etwas Bemerkenswertes: Gardners mehr oder minder erbauliche Predigten mit dem Tenor, man solle aufstehen und sein Leben selbst in die Hand nehmen, verwandelten sich in eine wissenschaftliche Wahrheit. Vertreter der Positiven Psychologie verhalfen mächtigen Institutionen, den wichtigsten multinationalen Konzernen und einer milliarden schweren globalen Industrie zu vermeintlich objektiver wissenschaftlicher Legitimität. Und diese Industrie will dieselbe einfache Idee vermarkten und verkaufen, die Gardner in seinen Motivationsvorträgen anpreist: Jeder und jede Einzelne kann sein Leben neu erfinden und das Beste aus sich machen, wenn er oder sie nur positiv auf sich selbst und das eigene Umfeld blickt. Für viele war das Streben nach Glück damit zu einer ernsthaften Sache geworden, deren wissenschaftliche Behandlung zweifellos von enormem gesellschaftlichem und psychologischem Nutzen wäre. Für viele andere jedoch waren diese Anmaßungen der Positiven Psychologie nichts als falscher Schein: All die schönen Versprechungen von der Selbstverwirklichung und der Verbesserung der Gesellschaft sollten theoretisch wie praktisch verschleiern, wie es um den grundlegend apologetischen Charakter, die beunruhigenden Anwendungsgebiete und die umstrittenen Effekte der ganzen Angelegenheit bestellt ist.

Die Befürchtungen der Skeptikerinnen und Kritikerinnen haben sich im Verlauf der Jahre als berechtigt erwiesen. Nicht alles, was am Glück glänzt, ist Gold, und wir sollten uns dieser wissenschaftlichen Disziplin und ihren verführerischen Versprechungen mit Vorsicht nähern.

Nicht alles, was glänzt, ist Gold

Es stellt sich daher die Frage: Ist das Glück wirklich das größte aller Ziele, nach dem wir alle streben sollten? Vielleicht. Doch mit Blick auf den Diskurs der Glücksforscher sollten wir kritisch sein. Das vorliegende Buch richtet sich nicht gegen das Glück als solches, sondern gegen die allzu simple, aber weitverbreitete Vorstellung vom »guten Leben«, die diese Wissenschaft predigt. Menschen dabei zu helfen, sich besser zu fühlen, ist ohne Frage löblich. Doch die von ihr angepriesene Idee des Glücks ist äußerst beschränkt, ihre Deutungsansprüche sind fragwürdig, und ebenso sind auch die Ergebnisse dieser Wissenschaft widersprüchlich und die sich daraus ergebenden Konsequenzen fatal.

Unsere Vorbehalte stützen wir auf erkenntnistheoretische, soziologische, phänomenologische und moralische Erwägungen. Die erste Ebene bezeichnen wir als erkenntnistheoretisch, weil wir nach der grundsätzlichen Berechtigung der Glücksforschung als Wissenschaft fragen – und im weiteren Sinne nach der Legitimität des Glücksbegriffs als eines wissenschaftlichen und objektiven Begriffs. Um es freiheraus zu sagen: Die Glücksforschung ist eine Pseudowissenschaft, deren Postulate und Logik sich durchweg als fehlerhaft erweisen. Der pragmatistische Philosoph Charles Peirce hat einmal gesagt, eine Argumentationskette sei nur so stark wie ihr schwächstes Glied; die Glückswissenschaft jedoch stützt sich auf zahllose Annahmen, die jeder Grundlage entbehren. Ebenso weist sie theoretische Ungereimtheiten, methodische Mängel, unbewiesene Resultate und darüber hinaus ethnozentrische und übertriebene Verallgemeinerungen auf. Es verbietet sich also von selbst, unkritisch zu akzeptieren, was diese Disziplin als wahr und objektiv ausgibt.

Unser zweiter Vorbehalt ist soziologischer Natur. Unabhängig von der Frage nach der Wissenschaftlichkeit der Glücksforschung ist es unerlässlich zu analysieren, welche gesellschaft-

lichen Akteure die Idee des Glücks für sich nutzen, welchen Interessen und ideologischen Annahmen diese Idee dient und worin die wirtschaftlichen und politischen Konsequenzen ihrer breitflächigen Anwendung in der Gesellschaft bestehen. Auffällig ist in diesem Zusammenhang, dass die wissenschaftliche Behandlung des Glücks und die Glücksindustrie, die um sie herum entstanden ist und gedeiht, ganz erheblich dazu beitragen, die Annahme durchzusetzen, Reichtum und Armut, Erfolg und Scheitern, Gesundheit und Krankheit lägen allein in unserer eigenen Verantwortung. Damit wird zugleich der Vorstellung Vorschub geleistet, es gebe keine strukturellen Probleme, sondern ausschließlich psychologische Defizite, es gebe also, um es mit Margaret Thatchers von Friedrich Hayek inspiriertem Ausspruch zu sagen, keine Gesellschaft, sondern nur Individuen. Die Vorstellung von Glück, wie sie heute von den entsprechenden Forschern und Experten formuliert und gesellschaftlich umgesetzt wird, dient dabei zuallererst der Propagierung ebenjener Werte, die für die weltweite neoliberale Revolution Pate standen. Diese wurde seit den 1950er Jahren von Ökonomen der Chicagower Schule und anderen neoliberalen Wirtschaftswissenschaftlern vorangetrieben. Ihnen gelang es, die Welt davon zu überzeugen, dass die individuelle Glückssuche die lohnendste und einzig realistische Alternative zur Suche nach dem guten Leben für alle darstellt. Thatcher selbst hat es 1981 in einem Interview mit der *Sunday Times* gesagt: »Mich ärgert an der ganzen politischen Ausrichtung der letzten dreißig Jahre, dass sie immer auf die kollektivistische Gesellschaft abzielte. Die Menschen haben die persönliche Gesellschaft vergessen. [...] [D]ie Wirtschaft zu verändern, ist das Mittel, um diesen Denkansatz zu verändern. [...] Die Wirtschaft ist die Methode; das Ziel ist es, die Seele zu verändern.«⁶ Man kann also mit Fug und Recht behaupten, dass das Streben nach Glück, wie es die Glücksforschung versteht, nicht das höchste und unhinterfragbare Gut ist, das wir alle suchen sollten. Es symbolisiert vielmehr den Triumph der persönlichen

(therapeutischen, individualistischen, atomisierten) Gesellschaft über die kollektive Gesellschaft.

Eine dritte Reihe von Einwänden berührt die phänomenologische Ebene. Hiermit ist die Tatsache gemeint, dass die Wissenschaft vom Glück ihre Ziele nicht nur oft verfehlt, sondern auch viele uneingestandene, unerwünschte und paradoxe Folgen haben kann. Gewiss handeln die therapeutischen Erzählungen, auf die die Glücksforschung ihr Angebot von Wohlbefinden und persönlicher Erfüllung stützt, von genau denselben persönlichen Defiziten – mangelnder Authentizität und Selbstverwirklichung –, für die sie Heilung verspricht. Glück erscheint hier als ein zwingend gebotenes, aber flüchtiges Ziel ohne klaren Endpunkt, das deshalb neue »Glückssucher« und »Happychonder« hervorbringt, die ängstlich auf ihr Selbst fixiert und permanent mit dem Versuch beschäftigt sind, ihre psychischen Macken zu beseitigen, sich zu verändern und zu verbessern. Dies macht Glück zweifellos zur perfekten Ware auf einem Markt, der bestens von der Normalisierung unserer Obsession lebt, die wir im Umgang mit unserer körperlichen und geistigen Gesundheit pflegen. Doch wendet sich diese Besessenheit leicht gegen genau die Menschen, die ihre Hoffnungen in die vielen Arten von Glückstherapien, -produkten und -dienstleistungen setzen, welche Forscher, Spezialisten und selbsternannte Wellness-Experten im Angebot haben.

Schließlich kritisieren wir die Glücksforschung noch auf einer moralischen Ebene, auf der es uns um die Beziehung von Glück und Leid geht. Dadurch, dass sie Glück und Positivität mit Produktivität, Güte, ja selbst Normalität gleichsetzt – und Unglück mit dem genauen Gegenteil von all dem –, zwingt sie uns dazu, uns zwischen Leid und Wohlbefinden zu entscheiden. Eine solche Alternative setzt jedoch voraus, dass wir immer die Wahl haben und immer über mehrere Optionen verfügen, dass Positivität und Negativität diametral entgegengesetzte Pole sind und dass wir das Leiden ein für alle Mal aus unserem Leben ver-

bannen können. Tragödien sind zweifellos unvermeidlich; dennoch besteht die Glücksforschung darauf, Leid und Glück seien eine Frage der persönlichen Wahl. Wer ein Ungemach nicht als Gelegenheit und Mittel zu seinem persönlichen Wachstum nutzt, setzt sich so dem Verdacht aus, sein eigenes Unglück herbeizuwünschen und zu verdienen, wie auch immer seine oder ihre persönlichen Umstände aussehen. Am Ende bleibt uns also kaum eine Wahl: Die Wissenschaft vom Glück nötigt uns nicht nur, glücklich zu sein, sondern macht uns auch noch für unsere Unfähigkeit verantwortlich, ein erfolgreicherer und erfüllteres Leben zu führen, als wir es tun.

Zum Aufbau des Buches

Das erste Kapitel behandelt das Verhältnis von Glück und Politik. Es zeichnet zunächst die Entstehung und Ausbreitung der beiden einflussreichsten Felder der wissenschaftlichen Erforschung des Glücks seit der Jahrhundertwende nach: der Positiven Psychologie und der Glücksökonomie. Unser Interesse gilt dabei den Gründungszielen, methodischen Grundannahmen, der gesellschaftlichen und akademischen Ausbreitung sowie dem institutionellen Einfluss beider Felder. Anschließend zeigen wir, dass die Glücksforschung bis in Politik und Verwaltung vorge drungen ist. Dadurch, dass sie Glück als eine objektive und messbare Variable darstellt, hat sie aus diesem ein zentrales, legitimes Kriterium für wichtige politische Entscheidungen gemacht. Ein solches Kriterium erlaubt es, den gesellschaftlichen Fortschritt eines Landes zu bestimmen und zudem umstrittene ideologische und moralische Themen (etwa das der Ungleichheit) auf technokratische Weise abzuhandeln, die sich moralischer Beurteilung entzieht.

Das zweite Kapitel widmet sich dem Zusammenhang zwischen Glück und der Ideologie des Neoliberalismus. Die Idee