

Glücksblasen

Erhard Taverna

Dr. med., Mitglied der Redaktion



Seit 2012 berichtet die UNO jährlich über den kollektiven Glückszustand der Mitgliedstaaten, wobei Norwegen, Dänemark, Island und die Schweiz regelmässig die Topplätze belegen. Zur Aufgabe des Staates gehört es, die Chancen für das Gute zu fördern. Wer es genauer wissen will, findet im *Journal of Happiness Studies* wissenschaftliche Studien zu diesem guten Wohlbefinden. So vermindern Glückserlebnisse signifikant die Sterberate. Oscar-Gewinner haben im Vergleich mit einer Kontrollgruppe eine um 3,9 Jahre verlängerte Lebenserwartung. Kommt später noch ein weiterer Oscar dazu, verlängert sich der Gewinn um zwei zusätzliche Lebensjahre. Bei hohen Lottotreffern ist das weniger ausgeprägt, weil der Kontrasteffekt die Anfangseuphorie neutralisiert. Die folgende, unvermeidliche Gewöhnung wertet alte Annehmlichkeiten ab. Ein emotionales Nullsummenspiel. Individuelle Zufriedenheit hat gut erforschte Folgen. Glück macht aktiv und kreativ. Glückliche Menschen sind geistig offen, sie informieren sich, sind gesellschaftlich engagiert und politisch toleranter. Der Umkehrschluss lässt einige Vermutungen zu.

Doch wie machen das Herr und Frau Normalverbraucher, Menschen, wie Sie und ich?

Sie shoppen in Dubai, abonnieren das Magazin *Landliebe*, kaufen sich einen Pitbull oder gehen im Dirndl ans Oktoberfest. Bestimmt geht es auch einfacher. Vielleicht genügen rosa Brillen, denn Bilder erzeugen, was wir Wirklichkeit nennen. Wer abknipst, braucht nicht mehr hinzuschauen und spart viel Zeit. Für die Konsumenten der Wohlfühlzonen sorgen die digitalen Glücksbringer, die Apps für jedes Lebensgefühl. Willkommen in der Happier-Gemeinde! Von nun an verzaubert ein Strom von Glücksmomenten aus aller Welt unser Display. Perfekte Selfies werden möglich,

Glückliche Menschen sind geistig offen, sie informieren sich, sind gesellschaftlich engagiert und politisch toleranter.

dank Photoshop-FixApp. Die Elektronik verschönert automatisch Gesichts-Proportionen, optimiert Aufnahmewinkel oder überträgt das Foto eines Filmstars auf das Selbstbild. Jeder darf George Clooney und jede Julia Roberts gleichen. Das kommt immerhin günsti-

ger zu stehen als Botox und andere Eingriffe. Jährliche Adobe-Konferenzen beglücken uns mit ihren virtuellen Welten, denn Big Data, künstliche Intelligenz und maschinelles Lernen ermöglichen phantastische Glücks-Algorithmen. Projekt Felix, ein Unternehmen von Adobe, entwickelt den *Scene Stitch* zu absoluter Perfektion. Neu lassen sich kaputte Umwelten auf dem Sucher angenehm verbessern. An Stelle von Hochhäusern steht dann da ein schöner Wald, liebeliche Flusslandschaften überblenden Autobahnen und den smogtrüben Himmel ersetzt ein spektakulärer Sonnenaufgang. Ein verregneter Urlaub wird kunstvoll übermalt. Die Creative Cloud hält dazu Millionen schöne Fotos bereit.

Dynamisches Farblicht, eine passende Wandprojektion und schöne Klänge vermitteln eine angstfreie Stimmung.

Human Augmented Design stützt das Selbstvertrauen, wenn sich stümperhaften Kritzeleien und zittrige Anfängerskizzen in profimässige Zeichnungen verwandeln. Die *High-Class-Medizin* macht sich viele dieser Effekte schon lange zunutze. Überall wo *Philip Ambient Experience* in Untersuchungsräumen einen Touchscreen für eine individuelle Umgebungsgestaltung anbietet. Dynamisches Farblicht, eine passende Wandprojektion und schöne Klänge vermitteln eine angstfreie Stimmung. Nur das Personal hat sich dem noch anzupassen.

Doch was Glück sein kann, wissen wir schon längst aus Grimms Märchenbuch. Hans im Glück tauscht seinen Goldklumpen solange, bis nichts mehr übrig bleibt. «Mit leichtem Herzen und frei von aller Last sprang er nun fort» heisst es da. Das Gegenmodell eines Totalverlustes durch Habgier erzählt das Märchen vom Fischer und seiner Frau. Wer den Bogen überspannt landet wieder dort, wo er anfang. Die Psychologie spricht von einer «hedonistischen Tretmühle» und meint damit, dass noch mehr Wohlstand die Menschen nicht grenzenlos glücklicher macht.

Vermeiden sie diese Tretmühlen und 2018 wird ein gutes Jahr.

Link: www.happier.com/happier/community

[erhard.tavern\[at\]saez.ch](mailto:erhard.tavern[at]saez.ch)